

**LAYANAN KONSELING INDIVIDU UNTUK PEMULIHAN
KEPERCAYAAN DIRI PENYINTAS PELECEHAN SEKSUAL DI P2TPA
REKSO DYAH UTAMI YOGYAKARTA**



**Diajukan kepada Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Universitas Islam
Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat Memperoleh Gelar Strata Satu
(S1)**

Oleh:

Ajeng Suci Wulandari

NIM. 15220009

Pembimbing:

Slamet, S.Ag, M.Si

NIP. 19691214 199803 1 002

**BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
Yogyakarta
2022**

HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-991/Un.02/DD/PP.00.9/07/2022

Tugas Akhir dengan judul : LAYANAN KONSELING INDIVIDU UNTUK PEMULIHAN KEPERCAYAAN DIRI
PENYINTAS PELECEHAN SEKSUAL DI P2TPA REKSO DYAH UTAMI
YOGYAKARTA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : AJENG SUCI WULANDARI
Nomor Induk Mahasiswa : 15220009
Telah ditujikan pada : Jumat, 08 Juli 2022
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Slamet, S.Ag, M.Si
SIGNED

Valid ID: 62d5139075663



Penguji I

Dr. Irsyadunnas, M.Ag.
SIGNED

Valid ID: 62d4bd4259835



Penguji II

Zaen Musyrifin, S.Sos.I.M.Pd.I.
SIGNED

Valid ID: 62d2f8b6b6f91



Yogyakarta, 08 Juli 2022
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 62d51b5fb524b

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsdha Adisucipto, Telp. (0274) 515856, Fax. (0274) 552230
Email: fdk@uin-suka.ac.id, Yogyakarta 55281

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamualaikum wr. wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk, dan mengkoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Ajeng Suci Wulandari
NIM : 15220009
Jurusan /Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Layanan Konseling Individu untuk Memulihkan Kepercayaan Diri Penyintas Pelecehan Seksual di P2TPA Rekso Dyah Utami Yogyakarta

Sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Daakwah dan Komunikasi Jurusan/Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang Ilmu Sosial.

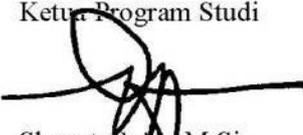
Dengan ini kami berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

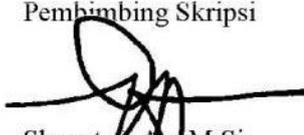
Wassalamualaikum wr. wb.

Yogyakarta, 30 Juni 2022

Mengetahui:
Ketua Program Studi

Pembimbing Skripsi


Slamet, S. Ag. M.Si.
NIP. 19691214 199803 1 002


Slamet, S. Ag. M.Si.
NIP. 19691214 199803 1 002

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ajeng Suci Wulandari

NIM : 15220009

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi penulis yang berjudul *Layanan Konseling Individu Untuk Pemulihan Kepercayaan Diri Penyintas Pelecehan Seksual DI P2TPA Rekso Dyah Utami Yogyakarta* adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagiarisme dan tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian- bagian tertentu yang penulis ambil sebagai acuan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penulis siap mempertanggungjawabkannya sesuai hukum yang berlaku.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 30 Juni 2022
Yang Menyatakan



Ajeng Suci Wulandari
NIM 15220009

MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

“Maka, sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan”

(QS. Al-Insyirah/94: 5)¹



¹ Departemen Agama Republik Indonesia, [Surah Asy-Syarh - سُورَةُ الشَّرْحِ | Qur'an Kemenag](#) diakses pada Kamis 30 Juni 2022 pukul 07.00

PERSEMBAHAN

Saya persembahkan untuk kedua orangtua yang selalu memberikan dukungan dengan ketulusan doa dan pengertiannya sampai tugas akhir ini selesai.



KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirobbil'alamiin, segala puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi yang berjudul dapat diselesaikan. Shalawat dan salam senantiasa tercurah kepada baginda Nabi Muhammad SAW.

Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Penulisan skripsi ini dapat terwujud berkat bimbingan, dorongan, arahan, dedikasi, dan bantuan baik moril maupun materiil dari berbagai pihak. Oleh karena itu, atas segala bentuk partisipasinya penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil Al Makin, MA. selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Prof. Hj. Marhumah, M. Pd. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Slamet, S.Ag, M.Si. selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Bapak Dr. Nurjanah, M.Si. selaku dosen penasihat akademik yang senantiasa membimbing penulis dalam perkuliahan.
5. Bapak Slamet, S.Ag, M.Si. selaku dosen pembimbing skripsi yang senantiasa membimbing penulis dari awal hingga terselesaikannya skripsi ini.

6. Seluruh dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta atas berbagai cahaya ilmu yang telah diberikan.
7. Segenap karyawan yang telah memberikan ilmu pengetahuan, bantuan dan pelayanan administrasi.
8. Kepala P2TPA Rekso Dyah Utami Yogyakarta yang telah memberikan izin dalam pelaksanaan penelitian serta seluruh staf karyawan dan staff P2TPA Rekso Dyah Utami Yogyakarta yang telah membantu proses pelaksanaan penelitian ini.
9. Ibu Silvi Dewayani M.sc Psikolog selaku konselor dan Ketua Koordinator Bidang Kesehatan dan Psikologi P2TPA Rekso Dyah Utami Yogyakarta yang telah bersedia menjadi informan dalam penelitian ini.
10. Ibu Cristanti Widyaningsih SP selaku konselor dan Ketua Koordinator Bidang Kesehatan dan Psikologi P2TPA Rekso Dyah Utami Yogyakarta yang telah bersedia menjadi informan dalam penelitian ini.
11. Keluarga tersayang Ayahanda Madina, Ibunda Isdiniyah, Anjar Fanny, Indri Anjani yang tanpa lelah mendoakan, memberikan dukungan, bantuan dengan segala cinta dan kasihnya.
12. Diri sendiri yang sudah berjuang dan bertanggung jawab atas keputusan yang diambil dalam pendidikanmu.
13. Teman-teman main, kontrakan dan diskusiku yang telah menemani, kebersamai dalam suka dan duka selama di Yogyakarta.

14. Rekan-rekan BKI angkatan 2015, Rekan diskusi sekaligus konsultasi tugas akhir, Nadia Nurhasannah dan Zuhri Aulawi yang membantu memberi masukan.
15. Untuk seluruh penyintas yang sedang berjuang dalam pemulihan dimanapun kalian berada.
16. Seluruh pihak yang telah terlibat dan mendukung namun tidak dapat disebutkan satu per satu sehingga penyusunan skripsi ini dapat berjalan dengan lancar.
17. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan karya ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis dan pembaca. Semoga Allah senantiasa meridhai dan memberkahi kita semua. Aamiin.

Yogyakarta, 16 Juni 2022

Penulis



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGH
YOGYAKARTA

Ajeng Suci Wulandari
NIM. 15220009

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	x
ABSTRAK	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Penegasan Judul.....	1
B. Latar Belakang.....	6
C. Rumusan Masalah.....	10
D. Tujuan Penelitian	10
E. Manfaat Penelitian.....	10
F. Kajian Pustaka	11
G. Kerangka Teori	16
H. Metode Penelitian.....	49
BAB II GAMBARAN UMUM PUSAT PELAYANAN TERPADU PEREMPUAN DAN ANAK (P2TPA) REKSO DYAH UTAMI YOGYAKARTA	57
A. Profil P2TPA Rekso Dyah Utami	57
B. Profil Layanan Konseling Individu di P2TPA Rekso Dyah Utami.....	70
C. Gambaran Umum Penyintas Pelecehan Seksual di P2TPA Rekso Dyah Utami....	72

BAB III PENDEKATAN LAYANAN KONSELING INDIVIDU UNTUK PEMULIHAN KEPERCAYAAN DIRI PENYINTAS PELECEHAN SEKSUAL DI P2TPA REKSO DYAH UTAMI	74
A. Pendekatan Direktif (Langsung).....	76
B. Pendekatan Non-Direktif (<i>Client Centered</i>)	83
BAB IV PENUTUP	92
A. Kesimpulan.....	92
B. Saran	93
C. Kata penutup.....	94
DAFTAR PUSTAKA	96
CURICULUM VITAE.....	100



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ABSTRAK

Ajeng Suci Wulandari (15220009). Layanan Konseling Individu Untuk Pemulihan Kasus Pelecehan Seksual di P2TPA Rekso Dyah Utami: Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2022.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kasus pelecehan seksual yang terjadi di lingkungan luar, sekolah bahkan terjadi di dalam rumah oleh orang terdekat kita. Korban dalam kasus pelecehan seksual tidak memiliki target khusus karena siapapun dari kita bisa menjadi korban karena bentuk pelecehan yang terjadi berupa pelecehan secara verbal (siulan menggoda, komentar seksual, mengajak dengan konotasi sensual) dan non-verbal (memandang tubuh dengan sensual, memberi isyarat yang bermakna seksual, menyentuh bagian tubuh tanpa izin) yang mengakibatkan terjadinya trauma secara psikis oleh penyintas. Hal ini menjadi perhatian peneliti dalam menulis penelitian ini dengan menggunakan pendekatan konseling individu. Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui metode pendekatan pada layanan konseling individu untuk memulihkan kepercayaan diri penyintas pelecehan seksual di P2TPA Rekso Dyah Utami. Adapun Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskripsi kualitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah konselor dan ketua rehabilitasi sosial. Objek dalam penelitian ini adalah layanan konseling individu untuk pemulihan kepercayaan diri penyintas pelecehan seksual di P2TPA Rekso Dyah Utami Yogyakarta. Metode pengumpulan data dilakukan dengan observasi, wawancara dan dokumentasi. Metode keabsahan data menggunakan triangulasi sumber dan metode analisis data menggunakan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan direktif dan non direktif dapat digunakan konselor dalam layanan konseling individu penyintas pelecehan seksual untuk pemulihan kepercayaan diri.

Kata kunci: *pelecehan seksual, konseling individu, kepercayaan diri*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Penelitian ini berjudul “Layanan Konseling Individu untuk Memulihkan Kepercayaan Diri Penyintas Pelecehan Seksual di P2TPA Rekso Dyah Utami Yogyakarta”, supaya tidak terjadi kekeliruan dalam memahaminya maka penulis perlu memaparkan uraian untuk memberikan penegasan sebagai berikut:

1. Layanan Konseling Individu

Layanan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia memiliki arti kata kerja; layanan yang diberikan suatu instansi atau perusahaan melalui lisan atau surat sebagai media atas berbagai hal yang ditanyakan mengenai informasi terkait jasa maupun bantuan.²

Konseling, secara etimologis berarti “to give advice” yang memiliki arti memberikan nasihat atau saran. Sedangkan pengertian secara terminologi bahwa konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh konselor kepada individu yang sedang mengalami masalah dalam upaya mengatasi problem kehidupannya secara *face to face*.³

Menurut Baruth dan Robinson pengertian konseling adalah kata

² Kamus Besar Bahasa Indonesia, <https://kbbi.web.id>, arti kata pelayanan dalam Bahasa Indonesia, diakses pada Rabu 13 Juli 2022 pukul 08.00

³ Aunur Rahim Faqih (Penyunting), *Bimbingan dan Penyintasng dalam Islam*, (Yogyakarta: Penerbitan UII Press, 2001), Hal. 61-62

yang diambil dari Bahasa Latin yaitu *counselium*, artinya “bersama” atau “berbicara bersama-sama” yang dimaksudkan adalah pembicaraan konselor dengan penyintas. Demikian *counselium* berarti

“people coming together to gain an understanding of problem that beset them were evident”.⁴

“Orang-orang yang berkumpul untuk mendapatkan pemahaman tentang masalah yang menimpa mereka terbukti.”

Konseling sebagai proses tidak dapat dilakukan sesaat. Proses yang membutuhkan jangka waktu tertentu yang diperlukan dapat hubungan konseling dan dapat menyelesaikan masalah penyintas. Proses sebuah konseling tidak hanya sekali pertemuan, untuk membantu penyintas dalam menyelesaikan masalah sehingga untuk mengoptimalkan proses konseling dilakukan beberapa kali pertemuan secara berkelanjutan.⁵ Pembahasan terakhir di Indonesia tentang perkembangan pengertian konseling sudah tidak lagi diperdebatkan maknanya secara konseptual maupun teoritis, disepakati pengertian konseling sebagai upaya bantuan pada individu maupun kelompok menemukan jalannya sendiri atau menemukan suatu jawaban terhadap pertanyaan yang dihadapinya atau dapat berbuat sesuatu atas upaya dalam proses konseling.⁶ Konseling Individual menunjukkan pada pelaksanaan dalam bentuk konseling perorangan, seorang konselor

⁴ Barurth, C.G. dan Robinson, E.H., dalam Latipun *Konselorgi Penyintasng*, (Malang: MM Press,2011), Hal.3

⁵ Latipun, *Konseling Penyintasng*, (Malang: Penerbitan Universitas Muhammadiyah Malang,2005), Hal 3-4

⁶ Andi Mappiare AT, Pengantar *Penyintasng dan Psikoterapi*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2011), Hal.12

bekerja dengan penyintas dalam satu sesuatu proses konseling.⁷

Pengertian layanan konseling individu merujuk pada proses konseling sebagai layanan yang dilakukan konselor sebagai seseorang yang melakukan layanan pada penyintas dalam bentuk bantuan untuk menyelesaikan permasalahan individual maupun kelompok. Pelaksanaan terlihat dari tahapan konseling dilaksanakan, dengan menguasai teknik individual akan mudah dalam menjalani proses konseling. Proses konseling individual merupakan relasi antara konselor dengan penyintas dengan kesepakatan agar dapat mencapai tujuan.

2. Pemulihan Kepercayaan Diri

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia pulih merupakan keadaan kembali dari suatu kondisi seseorang; sakit, luka atau trauma. Lalu memulihkan adalah kata kerja sehingga menjadikan keadaan itu kembali baik dan sehat.

Maslow dalam buku Kartini Kartono menjelaskan bahwa kepercayaan diri merupakan modal dasar aktualisasi diri, dengan percaya diri orang mampu memahami dan mengenal diri sendiri. Sementara itu, kurangnya percaya diri akan menghambat pengembangan potensi diri. Jadi, orang yang kurang percaya diri akan menjadi orang yang pesimis dalam menghadapi tantangan, takut dan ragu-ragu dalam menyampaikan gagasan serta bimbang dalam menentukan pilihan dan sering membandingkan diri

⁷ *Ibid*, Hal.163

dengan orang lain.⁸

Kepercayaan diri yang disebutkan di atas sebagai modal dasar aktualisasi diri seorang individu menjadikan hal ini penting diperhatikan. Hilangnya rasa percaya diri dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor secara internal maupun eksternal sehingga keadaan ini berdampak pada tingkah laku dan kehidupan seorang individu.

3. Penyintas Pelecehan Seksual

Penyintas adalah sebutan untuk seseorang yang mendapatkan tindakan atau perbuatan dari seseorang dan merugikan bagi dirinya secara sosial, keamanan, ekonomi dan harga diri.

Pelecehan seksual menurut laporan Komisi Nasional Anti Kekerasan Terhadap Perempuan merupakan tindakan seksual secara fisik maupun non-fisik yang mengarah pada organ seksual atau seksualitas seseorang. Tindakan tersebut termasuk siulan, godaan, main mata, ucapan bernuansa seksual, memperlihatkan materi pornografi, keinginan seksual, mencolek atau sentuhan pada bagian tubuh sehingga mengakibatkan rasa tidak nyaman, tersinggung, merasa direndahkan martabatnya dan mungkin sampai menyebabkan masalah kesehatan dan keselamatan.⁹

Pelecehan seksual sangatlah luas ruangnya, yaitu meliputi: main mata, siulan nakal, komentar berkonotasi seks atau gender, humor porno,

⁸ Kartono, Kartini. *Konseling Anak*. (Jakarta:Alumni,2000). Hal 202

⁹ Komisi nasional anti kekerasan terhadap perempuan, *Sebuah Pengenalan 15 Bentuk Kekerasan Seksual*, <https://komnasperempuan.go.id/instrumen-modul-referensi-pemantauan/6>, diakses 11 Mei 2021

sentuhan yang mengarah pada bagian privasi, gerakan atau isyarat yang bersifat seksual, ajakan berkencan dengan iming-iming atau ancaman, ajakan melakukan hubungan seksual hingga pemerkosaan. Pelecehan seksual bisa terjadi dimana saja dan kapan saja.¹⁰ Penelitian ini tidak melibatkan penyintas pelecehan seksual, namun melalui wawancara dengan konselor penulis mendapatkan gambaran terkait keadaan penyintas pelecehan seksual yang berada dalam penanganan Rekso Dyah Utami.

4. P2TPA Rekso Dyah Utami

Pusat Pelayanan Terpadu Perempuan dan Anak (P2TPA) Rekso Dyah Utami sebuah lembaga pemerintah Yogyakarta sebagai pusat perlindungan perempuan dan anak yang berfokus pada kasus kekerasan. Secara umum P2TPA memiliki tujuan dalam memberikan pelayanan terpadu bagi perempuan dengan bentuk kegiatan dan pemberdayaan.

Penanganan penyintas kekerasan perempuan dan anak yang dilakukan P2TPA Rekso Dyah Utami memiliki berbagai macam layanan yaitu konsultasi-konselor, hukum, medis dan perkawinan. Lembaga menggunakan pendekatan dengan metode berjejaring sehingga pelayanan dapat dilakukan melalui Forum Perlindungan Kekerasan bagi Perempuan dan Anak di Daerah Istimewa Yogyakarta.¹¹

Jadi, penelitian yang berjudul “Layanan Konseling Individu untuk

¹⁰Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional, *Buku Suplemen Bimbingan Teknis Kesehatan Reproduksi, Pelecehan Seksual*, (Jakarta: UNESCO, 2012), Hal.8

¹¹ Rekso Dyah Utami <http://reksodyahutami.com/latar-belakang>, diakses 25 Januari 2022

Pemulihan Kepercayaan Diri Penyintas Pelecehan Seksual di P2TPA Rekso Dyah Utami Yogyakarta” adalah mengenai teknik pendekatan yang digunakan sebagai alat untuk proses pemulihan penyintas pelecehan seksual, melalui proses konseling individu yang dilakukan konselor dalam upaya membantu penyintas melewati kondisi sulitnya sampai kembali pada kondisi yang baik dan percaya diri untuk melakukan kehidupannya lagi.

B. Latar Belakang

Sensus penduduk tahun 2020 menunjukkan penduduk Indonesia berjumlah 270.203.917 jiwa.¹² Persebaran jumlah penduduk dilihat menurut jenis kelamin yaitu berjumlah perempuan 136.661.889 jiwa dan laki-laki 133.542.018. Kasus kekerasan terhadap perempuan di Indonesia terhitung tinggi menurut laporan data Komisi Nasional Anti Kekerasan Terhadap Perempuan (Komnas Perempuan) pada 2019-2020 yang besarnya mencapai 6% yang terhitung totalnya terdapat 25.293 kasus dalam satu tahun¹³. Kekerasan seksual mengalami peningkatan sesuai Angka yang di tunjukan oleh catatan akhir tahun tersebut menjelaskan bahwa kasus ini tidak terkontrol karena kurangnya negara yang memiliki tanggung jawab dalam memberikan keamanan setiap warga negaranya sebagai hak asasi.

¹² Badan statistika <https://sensus.bps.go.id/main/index/sp2020> diakses pada tanggal 11 mei 2021

¹³ Komnas Perempuan, "Siaran Pers dan Lembar Fakta Komnas Perempuan: Catatan Tahunan Kekerasan terhadap Perempuan 2020" diakses dari <https://komnasperempuan.go.id/catatan-tahunan-detail/catahu-2020-kekerasan-terhadap-perempuan-meningkat-kebijakan-penghapusan-kekerasan-seksual-menciptakan-ruang-aman-bagi-perempuan-dan-anak-perempuan-catatan-kekerasan-terhadap-perempuan-tahun-2019> pada tanggal 11 mei 2021

pengawasan dari keluarga, lingkungan dan tindakan dari lembaga yang memiliki *consent* pada kasus kekerasan seksual juga berpengaruh sebagai upaya pencegahan.

Pelecehan seksual merupakan bentuk perbuatan seseorang secara ucapan maupun tindakan yang memiliki unsur merendahkan, melecehkan dan pemaksaan atau memanipulasi orang lain sehingga terjadi aktifitas seksual yang tidak dikehendaki¹⁴. Berdasarkan data yang terkumpul pada komnas perempuan penyintas kekerasan seksual adalah individu atau kelompok yang rentan karena identitas gender, kekuasaan dan sosial-ekonomi, adapun kategori kekerasan terhadap perempuan yaitu terbagi dalam ranah publik dan privat.

Pada kasus kekerasan seksual jumlah yang terus meningkat adalah perempuan dan anak, laporan dari Komisi Perempuan menunjukkan bahwa jumlah kekerasan terhadap perempuan yang dilaporkan di Indonesia cenderung meningkat dalam kurun waktu 11 tahun. Berdasarkan catatan kekerasan terhadap perempuan, pada 2019 kekerasan terhadap perempuan sebanyak 431.471 kasus. Angka ini meningkat 693% dari 2008 yang hanya 54.425 kasus. Angka kasus yang tinggi membawa pada pembahasan mengenai layanan dalam membantu penyintas pelecehan seksual khususnya perempuan dan anak ini membutuhkan ruang agar terbantu menyelesaikan masalahnya.¹⁵

¹⁴ Thoeng Sabrina, "*Buku Pengenalan Tentang 15 Bentuk Kekerasan Seksual*", (Universitas Bina Nusantara, 2019)

¹⁵ Catatan akhir tahun KOMNAS Perempuan, *Kekerasan Meningkat: Kebijakan Penghapusan Kekerasan Seksual Untuk Membangun Ruang Aman Bagi Perempuan dan Anak*

Lembaga pengaduan non-pemerintah maupun pemerintah yang menyediakan ruang untuk penyintas sebagai bentuk dukungan serta penanganan dan pendampingan secara hukum maupun psikis. Penelitian ini memiliki tujuan untuk merespon kasus kekerasan terkait layanan khususnya dalam disiplin ilmu bimbingan dan konseling terhadap penyintas melalui Pusat Pelayanan Terpadu Perempuan dan Anak (P2TPA) Rekso Dyah Utami.

Kurangnya penyaluran informasi pada masyarakat untuk mengadukan kasus ke lembaga pelayanan menyebabkan kasus ini tidak optimal dalam melaporkan perkembangan data. Hal seperti itu akan sulit diketahui penyintas untuk mengetahui tempat melaporkan kasus yang dialaminya sehingga kasus tersebut tidak terselesaikan pada penanganan yang tepat. Keadaan tersebut akan menimbulkan dampak yang berkepanjangan bagi penyintas yaitu dampak pada kasus kekerasan seksual akan mengganggu penyintas secara perilaku, emosional dan kognisinya dimana dalam hal ini penyintas akan malas melakukan aktifitas, hilangnya konsentrasi juga berubahnya suasana hati dampak tersebut akibat stigma dari lingkungan sekitar dan kepercayaan diri yang hilang.

Lembaga pengada layanan untuk penanganan kasus kekerasan dan pelecehan seksual merupakan lembaga dengan layanan darurat yang dilakukan oleh pihak-pihak profesional sesuai dengan bidang dan

kemampuan untuk menyelesaikan kasus yang dialami oleh penyintas¹⁶. Oleh karena kasus ini sangat rentan akhirnya menggerakkan lembaga swadaya masyarakat dan pemerintahan membentuk pelayanan terpadu dengan fokus pada kasus kekerasan dan pelecehan pada perempuan dan anak. Hal itu yang melandasi P2TPA Rekso Dyah Utami sebagai lembaga yang hadir karena rasa prihatin pada kasus kekerasan pada perempuan dan anak yang cenderung semakin meningkat melahirkan gagasan untuk menyelenggarakan Rumah Aman (*protection house*).¹⁷

Gagasan yang disetujui Tim Koordinasi Pembangunan Berspektif Gender (TKPBG) yang beranggotakan dari beberapa lembaga swadaya masyarakat LPA, Yasanti, Rifka Annisa, dan LSPPA turut merespon gagasan tersebut. Kecenderungan budaya patriarki dimana satu sisi memperkuat posisi laki-laki namun di sisi lain memperlemah posisi perempuan sehingga mengalami kerentanan secara fisik, psikis, ekonomi, sosial maupun seksual seperti pelecehan dan pemerkosaan. Peluang kekerasan seksual dapat terjadi pada lima lingkaran yaitu lingkaran personal, keluarga atau orang terdekat (kerabat), institusi formal maupun non formal, lingkungan sosial dan kelompok kemitraan, dan lingkaran paling terluar adalah ekonomi yang dapat merugikan secara finansial sehingga penyintas tidak mendapatkan kelayakan dalam berbisnis.

¹⁶ Fisipol Crisis Center, Buku Panduan Pelaporan Penanganan dan Pencegahan Kekerasan Seksual Di Kampus Fisipol UGM, Yogyakarta:2019, Hal. 42

¹⁷ Rekso Dyah Utami <http://reksodyahutami.com/latar-belakang>, diakses 25 Januari 2022

C. Rumusan Masalah

Rumusan masalah ini berguna untuk mempermudah melaksanakan penelitian. Berdasarkan latar belakang tersebut sehingga penulis mengajukan rumusan:

Bagaimana pendekatan layanan konseling individu untuk memulihkan kepercayaan diri penyintas pelecehan seksual di P2TPA Rekso Dyah Utami?

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui metode pendekatan pada layanan konseling individu untuk memulihkan kepercayaan diri penyintas pelecehan seksual di P2TPA Rekso Dyah Utami.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat teoritis dan manfaat praktis, yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pengembangan keilmuan, khususnya bagi pengembangan pengetahuan di bidang studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga. Menambah wawasan tentang teori konseling krisis terhadap penyintas pelecehan seksual.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi penulis: Penelitian ini diharapkan dapat memberikan penulis banyak wawasan tentang lembaga yang memberikan pelayanan kepada penyintas pelecehan seksual serta mendapatkan wawasan dalam proses menerapkan pendekatan direktif dan non-direktif sebagai metode pendekatan konseling individu.
- b. Bagi akademisi: Penulis berharap agar penelitian tentang kasus pelecehan seksual dapat dijadikan sebagai pedoman oleh sivitas akademisi untuk tindakan pencegahan terjadinya kasus pelecehan seksual serta diterapkan dalam kebijakan.

F. Kajian Pustaka

Kajian pustaka ini berhubungan dengan kajian teoritis dan referensi lain yang relevan dengan kajian yang diteliti, sehingga peneliti dapat menemukan gambaran tentang penelitian dengan topik yang sama yang kemudian akan dijadikan bahan untuk sumber rujukan. Selain itu dengan adanya kajian pustaka ini digunakan untuk menghindari terjadinya plagiasi dalam penelitian. Berdasarkan penelusuran dari penelitian sebelumnya terkait pelecehan seksual, berikut beberapa literatur yang digunakan penulisan diantaranya:

1. Skripsi yang disusun oleh Ummul Hasannah dengan judul “Konseling Krisis Terhadap Penyintas Pelecehan Seksual Di Rifka Annisa *Women's*

Crisis Center Yogyakarta”¹⁸. Penelitian ini memiliki bertujuan untuk menggambarkan metode layanan konseling krisis yang digunakan dalam membantu penanganan penyintas yang mengalami pelecehan seksual. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif lapangan (*field research*) untuk mengetahui lebih spesifik layanan di lembaga saat pendampingan penyintas. Subjek penelitian diambil melalui pemilihan informasi data di lapangan dengan kriteria yang dibuat untuk memenuhi tujuan penelitian.

Persamaan dari penelitian Ummul Hasannah dengan penelitian yang sedang ditulis terdapat pada layanan “konseling” namun berbeda teori yang digunakan dalam membahas latar belakang masalahnya. Variabel yang sama yaitu “penyintas pelecehan seksual” penulis menggunakan variabel yang sama.

2. Skripsi yang disusun oleh Agus Riyanto dengan judul “Layanan Bimbingan dan Konseling Bagi Anak Penyintas Pelecehan Seksual di P2TP2A Lamban Ratu Agom Kabupaten Tanggamus”¹⁹. Penelitian ini bertujuan untuk memaparkan bentuk layanan bimbingan dan konseling dalam kasus pelecehan seksual pada anak. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan desain penelitian lapangan (*field research*) sehingga dapat mengetahui dan mempelajari latar belakang

¹⁸ Ummul Hasannah, *Penyintasng Krisis Terhadap Penyintas Pelecehan Seksual*, Skripsi (Yogyakarta: Program Studi Bimbingan dan Penyintasng Islam)

¹⁹ Agus Riyanto, *Layanan Bimbingan dan Penyintasng Bagi Anak Penyintas Pelecehan Seksual di P2TP2A Lamban Ratu Agom Kabupaten Tanggamus*, skripsi (Lampung: Program Studi Bimbingan dan Penyintasng Islam, Universitas Islam Negeri Raden Intan,2019)

masalah dengan lebih intensif. Hasil dari penelitian di P2TPA Lamban Ratu Agom yaitu bentuk layanan pendampingan terhadap penyintas seperti pendampingan hukum, pendampingan medis dan pendampingan rehabilitasi sosial. Hasil dari penelitian ini adalah dapat membantu memulihkan anak penyintas pelecehan seksual dan memberikan perkembangan ke arah yang lebih baik.

Kesamaan dari penelitian Agus dengan penelitian yang sedang dikerjakan peneliti ada pada variabel “layanan bimbingan dan konseling”. Perbedaan dalam penelitian di atas terdapat pada variabel “anak penyintas pelecehan seksual” dengan teori yang digunakan adalah “konseling individu” dan “percaya diri” sedangkan penulis mengarah pada “penyintas pelecehan seksual”.

3. Skripsi oleh Innes Yonanda dengan judul “Pemulihan Psikologis Pada Penyintas Kekerasan Seksual”²⁰. Penelitian yang menjelaskan tentang metode pemulihan penyintas kekerasan seksual karena kasus ini memberikan dampak psikologis pada penyintas berupa depresi, kelelahan fisik dan mental. Jenis penelitian yang ditulis adalah kualitatif dengan metode fenomenologi. Ada dua subjek dalam penelitian tersebut sebagai penyintas kekerasan seksual yang memiliki respon yang serupa yaitu emosi yang tidak stabil, perasaan bersalah dan marah pada diri juga Tuhan serta upaya untuk melupakan kejadian agar tidak

²⁰ Innes Yonanda, *Pemulihan Konselorgi Pada Penyintas Kekerasan Seksual*, Skripsi (Yogyakarta: Program Studi Konselorgi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2017)

memunculkan rasa bersalah. Tujuan penelitian ini adalah memberikan bantuan dalam pemulihan psikologis penyintas kekerasan seksual, adapun faktor-faktor yang mempengaruhi proses pemulihan seperti karakter individu, dukungan sosial (keluarga, sahabat, dan masyarakat), penghayatan kepercayaan dan aktualisasi diri sehingga pada proses pemulihan ini memberikan dampak positif yang dapat diambil oleh para penyintas.

Persamaan dari penelitian Innes dengan penelitian yang sedang penulis kerjakan adalah variabel “pemulihan” dan “penyintas kekerasan seksual” sedangkan perbedaannya ada pada teori yang digunakan yaitu “konseling individu” dan “percaya diri”. Selain itu metode yang digunakan Innes adalah fenomenologi sedang penulis menggunakan metode observasi dan wawancara. Terdapat juga subjek penelitian yang digunakan Innes tidak terikat dalam lembaga atau komunitas apapun sedangkan subjek penulis ada di dalam Lembaga Swadaya Masyarakat P2TPA Rekso Dyah Utami.

4. Skripsi oleh Intan Permata Sari dengan penelitian “Konseling Individu Bagi Remaja Pelecehan Seksual di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta”.²¹ Jenis penelitian yang digunakan peneliti adalah kualitatif deskriptif dengan tujuan untuk mengetahui gambaran tahapan konseling individu yang dilakukan

²¹ Intan Permata Sari, *Penyintasng Individu Bagi Remaja Pelecehan Seksual di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW)*, Skripsi (Yogyakarta:Program Studi Bimbingan dan Penyintasng Islam, Universitas Negeri Sunan Kalijaga, 2017)

konselor dalam proses penanganan penyintas pelecehan seksual. Subjek penelitian adalah konselor yang melaksanakan konseling terhadap penyintas pelecehan seksual di lembaga Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta. Objek yang ditelitinya yaitu tahapan konseling individu terhadap penyintas dengan teknik pengumpulan data menggunakan metode wawancara, observasi dan dokumentasi.

Persamaan penelitian Intan dengan penelitian penulis adalah subjek yang diteliti yaitu “konseling individu” dan metode yang digunakan. Namun, terdapat perbedaan tempat pelaksanaan penelitian dan objek yang diteliti, penulis bertempat di P2TPA Rekso Dyah Utami Yogyakarta. Penulis secara general dalam menentukan objek penelitian sedangkan yang ditulis Intan dispesifikkan pada remaja.

5. Jurnal penelitian karya M. Anwar Fuadi dengan judul “dinamika konselori kekerasan seksual: sebuah studi fenomenologi”. Pada penelitian tersebut penulis menggambarkan kasus pelecehan seksual yang banyak terjadi pada usia remaja dengan kasus terlapor banyak dialami pada perempuan. Menurut penulis melalui penelitian dari Yayasan Kesejahteraan Anak Indonesia Universitas Gajah Mada tercatat *sexual abuse* tahun 1992-2002 di 7 kota besar Indonesia ditemukan kasus sebanyak 3.969 dengan rincian *sexual abuse* 65,8%, *physical abuse* 19,6%, *emotional abuse* 6,3% dan *child neglect* 8,3%. Penelitian ini menggunakan metode fenomenologi, adapun tujuan yang

peneloto tulis adalah untuk melakukan analisis tentang latar belakang terjadinya kekerasan seksual, melakukan analisis pada dampak konselori pada penyintas kekerasan seksual, dan mengetahui dinamika kepribadian penyintas kekerasan seksual.

Persamaan penelitian diatas dengan penulis adalah variabel “kekerasan seksual” namun penulis memilih kasus pelecehan seksual yang mana adalah subjek penelitian yang akan ditulis. Namun variabel “dinamika konselori” adalah variabel yang berbeda dari penelitian yang sedang ditulis, akan tetapi aspek ini menjadi sumber penelitian tentang pemulihan kepercayaan diri penyintas pelecehan seksual.

G. Kerangka Teori

1. Tinjauan tentang konseling individu

a. Pengertian

Menurut Supriadi menyatakan maksud pengertian bimbingan dan konseling adalah proses bantuan yang diberikan oleh konselor kepada penyintas agar penyintas dapat : (1) memahami dirinya, (2) mengarahkan dirinya, (3) memecahkan masalah-masalah yang dihadapinya, (4) menyesuaikan diri dengan lingkungannya (keluarga, sekolah, masyarakat), (5) mengambil manfaat dari peluang-peluang yang dimilikinya dalam rangka mengembangkan diri sesuai dengan potensi-potensinya, sehingga berguna bagi dirinya dan masyarakatnya.²²

²² Dedi Supriad, *profesi Penyintasng dan Keguruan*, (Bandung: PPs IKIP Bandung, 2004),

Maka, individu sendiri yang harus aktif belajar memahami dan sekaligus melaksanakan tuntunan Islam (Al-Qur'an dan Hadits Rasul). Pada akhirnya diharapkan agar individu selamat dan memperoleh kebahagiaan yang sejati di dunia dan akhirat”²³

b. Tujuan Konseling Individu

Tujuan umum dari adanya konseling adalah untuk membantu mengembangkan kemampuan diri seorang individu agar dapat digunakan secara optimal. Individu mampu memahami dirinya sendiri serta lingkungannya secara positif. Sedangkan tujuan khusus dari bimbingan konseling merupakan penjabaran dari tujuan umum. Tujuan khusus yaitu untuk menyelesaikan permasalahan yang sedang dialami sesuai dengan kebutuhan masing-masing penyintas. Oleh karena itu tujuan khusus konseling masing-masing individu berbeda dari individu yang lainnya.²⁴

Konseling dengan pendekatan yang berorientasi humanistik maupun behavioral cenderung menekankan tujuan-tujuan yang lebih luas dan berjangka panjang, yang seringkali sulit diukur secara objektif.²⁵

Menurut Prayitno, pelaksanaan konseling adalah untuk membantu

Hal. 207

²³ Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Penyintasng Islam* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), Hal. 22.

²⁴ Prayitno, “Dasar-Dasar Bimbingan dan Penyintasng”, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), Hal, 114

²⁵ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Penyintasng dan Psikoterapi*, (Bandung: PT.Eresco, 1988), Hal.325

individu memperkembangkan dirinya secara optimal sesuai dengan tahap perkembangan dan *predisporsi* (kemampuan dasar dan bakat) yang dimilikinya, berbagai latar belakang yang dimiliki (keluarga, pendidikan, status sosial ekonomi) serta sesuai nilai positif lingkungannya. Konseling membantu individu menjadi manusia yang mandiri dan mampu mengambil keputusannya secara bijaksana.²⁶

c. Asas-Asas Konseling

Adapun asas-asas layanan bimbingan dan konseling yang harus dipenuhi, yaitu:²⁷

1. Asas Kerahasiaan

Asas kerahasiaan pada bimbingan dan konseling yang menuntut sejumlah data penyintas yang menjadi sasaran layanan yang tidak boleh diketahui orang lain.

2. Asas Keterbukaan

Menghendaki proses layanan yang berlangsung diikuti/dijalani penyintas bersikap terbuka dan tidak pura-pura baik dalam data keterangan tentang dirinya sendiri maupun informasi dari luar yang berguna dalam menunjang informasi pendukung.

3. Asas Kedinamisan

Selama proses layanan bimbingan dan konseling, agar proses konseling selalu bergerak maju, tidak monoton, penyintas terus

²⁶ Prayitno dan Erman Amtu, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Penyintasng*, (Jakarta: Rineka Cipta,2009), Hal.114

²⁷ Erisa Kurniati, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah; Prinsip dan Asas, Vol 3 No 02 (2018)*, Hal. 4

berkembang, dan berkelanjutan sesuai dengan kebutuhan juga berkembang dari waktu ke waktu.

4. Asas kenormatifan

Bimbingan dan konseling didasarkan dan tidak boleh bertentangan dengan nilai-nilai dan norma yang ada, seperti: agama, adat istiadat, ilmu pengetahuan, hukum dan kebiasaan yang berlaku. Dalam hal ini penyintas dapat memahami, menhayati dan mengamalkan norma-norma yang ada.

5. Asas keahlian

Para pelaksana layanan bimbingan dan konseling dilakukan oleh tenaga yang ahli dalam bidang ini. Profesionalitas konselor harus terwujud baik selama proses layanan berlangsung serta menegakkan kode etik dengan baik.

6. Asas Kesukarelaan

Menghendaki adanya kesukarelaan dari penyintas dalam mengikuti layanan/kegiatan yang tertuju pada penyintas dan konselor memiliki kewajiban untuk membina penyintas.

d. Metode Konseling Individu

Metode konseling adalah cara-cara tertentu yang digunakan dalam proses konseling. Secara umum metode yang digunakan dalam konseling ada dua, yang pertama, metode konseling kelompok dan kedua, konseling individual.

Konseling individual merupakan upaya memberikan

bantuan secara individual dan langsung bertatap muka antara penyintas dan konselor. Setiap permasalahan penyintas dipecahkan melalui teknik ini adalah bentuk masalah pribadi. Dalam dal ini, konselor dituntut untuk mampu bersikap penuh empati dan simpati. Keberhasilan berempati dan simpati dari konselor akan sangat membantu keberhasilan proses konseling.²⁸

Metode konseling memiliki sistem pendekatan yang dapat digunakan dalam bimbingan dan konseling, yaitu:²⁹

1. Pendekatan Direktif

Pendekatan ini biasa dikenal sebagai bimbingan yang bersifat *Counselor-Centered* yaitu pembimbing atau konselor lebih memegang peran dalam proses interaksi layanan bimbingan. Bantuan layanan seperti konseling ini bersifat sedikit banyaknya masuk dalam ranah klinis dan melakukannya dari sudut perkembangan penyintas, melihat dinamika yang terjadi secara psikis (psikodinamika) untuk melihat adanya keterkaitan dengan orientasi faktor kepribadian dasar yang dimiliki penyintas (*trait-factor theory*).

Williamson dianggap sebagai pendiri dari tekning konseling ini oleh banyak ahli, konseling memiliki tujuan yang sangat jelas dalam memberikan bantuan kepada penyintas untuk

²⁸ Tohirin, "*Bimbingan dan Penyintasng di Sekolah dan Madrasah*", (Jakarta: Raja Grafindo Persada,2007), Hal.289

²⁹ Prayitno, "*Dasar-Dasar Bimbingsn dan Konseling*", (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), Hal.

mengaktualisasikan diri dan membantu penyintas yang kurang memperoleh dukungan dan pengalaman dari lingkungannya.

Proses konseling dengan menggunakan pendekatan ini disebut juga sebagai tindakan segera (*action approach*), dengan dasar teori yang kuat sehingga dalam keadaan tertentu dapat melakukan tindakan segera. Pendekatan direktif menunjukkan konselor yang aktif bertindak dan mendominasi dalam mengajarkan sesuatu atau menanamkan pengertian baru pada penyintas. Sebaliknya, penyintas berperan sangat pasif dan cenderung menerima dan diharapkan dapat menyetujui dan melaksanakan petunjuk yang diberikan konselor.³⁰

Williamson membagi dalam enam langkah yang kemudian dikutip oleh Shertzer & Stone sebagai berikut:³¹

- a. Analisis. Mengumpulkan data dari berbagai sumber untuk memahami penyintas.
- b. Sintesis. Mengelompokkan dan meringkas data yang diperoleh untuk menentukan kekuatan yang dimiliki penyintas dan tanggung jawab terhadap kemungkinan yang bisa dilakukan.
- c. Diagnosis. Menyimpulkan penyebab timbulnya masalah.
- d. Prognosis. Perkiraan konselor mengenai perkembangan

³⁰ Singgih D. Gunarsa, "Konseling dan Psikoterapi", (Jakarta: Gunung Mulia, 1996), Hal.107

³¹ *Ibid*, Hal.110

penyintas lebih lanjut dan implikasi dari diagnosis.

- e. **Konseling.** Langkah-langkah yang diambil oleh konselor dan penyintas ke arah penyesuaian diri atau cara menyesuaikan diri kembali.
- f. **Kelanjutan.** Meliputi semua hal yang sudah dilakukan konselor terhadap penyintas dalam menghadapi masalah baru atau masalah yang muncul lagi dan penilaian terhadap efektivitas dari konseling.

Pendekatan langsung ini memiliki kaitan dengan istilah yang dikenal dengan teknik dorongan (*supportive*). Teknik ini diberikan pada konseling maupun terapi dengan pendekatan langsung. Teknik dorongan dalam pendekatan langsung menurut Thorne dalam buku konseling dan Psikoterapi meliputi:³²

- a. Menanamkan kepercayaan diri kembali
 - b. Memberikan saran
 - c. Pemberian nasihat
 - d. Membujuk (persuasi)
 - e. Memotivasi
2. Pendekatan Non-Direktif

Layanan yang bersifat *Client-Centered* yaitu penyintas memegang peranan utama dalam proses interaksi layanan

³² *Ibid*, Hal. 113

konseling. Ciri-ciri hubungan non-direktif yaitu penyintas lebih aktif dalam proses pemecahan masalah dan konselor menjadi pendorong yang memungkinkan penyintas untuk berkembang.

Tujuan yang dimiliki pendekatan *client-centered* adalah menuju keadaan psikologis penyintas yang sehat, penyintas sebagai manusia pasif akan mengikuti arahan/perintah dari konselor untuk kesadaran penyintas. Oleh karena itu, dasar dari *client-centered* adalah kesanggupan dan sadar dalam setiap keputusan-keputusan yang penyintas ambil. Penyintas sebagai individu yang mengetahui dirinya adalah orang yang harus bisa menemukan cara yang lebih pantas bagi dirinya.³³

Adapun ciri-ciri yang dimiliki pendekatan non direktif (*client-centered*) antara lain:

1. Bertumpu pada data yang diberikan oleh penyintas
2. Berkaitan dengan isi kehidupan emosi
3. Lebih banyak berpusat pada seni berhubungan antar manusia
4. Berhubungan antar individu dan kelompok
5. Menitik beratkan pada proses wawancara

Pendekatan non-direktif memiliki anggapan bahwa penyintas memiliki kesanggupan untuk menentukan dan menjernihkan tujuan-tujuannya sendiri. Konselor menuntut respek terhadap penyintas dan keberanian konselor untuk

³³ *Ibid*, Hal. 133

mendorong penyintas agar bersedia mendengarkan dirinya sendiri dan mengikuti arahnya sendiri terutama saat penyintas membuat pilihan-pilihan yang bukan merupakan pilihan yang diharapkan konselor. Tujuan-tujuan yang dimiliki dalam pendekatan non-direktif adalah:

1. Keterbukaan pada pengalaman

Sifat keterbukaan pada pengalaman ini sebagai bentuk memandang kenyataan tanpa mengubah bentuk dan susunannya. Keterbukaan pada pengalaman memiliki arti bahwa kita akan lebih sadar terhadap kenyataan yang hadir di luar dirinya sehingga dapat terbuka pada kepercayaan dan pengetahuan yang menjadikannya tidak kaku.

2. Kepercayaan pada organisme sendiri

Salah satu tujuan dari pendekatan ini adalah membantu penyintas dalam membangun rasa percaya diri diawal pertemuan.

Kurangnya rasa percaya diri yang mengakibatkan mencari saran dan jawaban-jawaban di luar dirinya karena pada dasarnya mereka tidak mempercayai kemampuan-kemampuan yang dirinya. Melalui keterbukaan pada pengalaman penyintas perlahan akan memunculkan rasa percaya diri.

3. Tempat evaluasi internal

Tujuan ini berkaitan dengan kepercayaan diri, berarti akan lebih banyak mencari jawaban-jawaban kepada diri sendiri bagi

masalah keberadaannya. Dia mengganti persetujuan umum dari orang lain dengan persetujuan dari diri sendiri. Menetapkan standar tingkah laku yang memandang ke dalam dirinya dalam membuat keputusan dan pilihan bagi hidupnya.

4. Kesiapan untuk menjadi suatu proses

Merupakan lawan dari bentuk konsep diri sebagai produk meskipun seringkali dalam proses konseling, penyintas mencari komposisi terbaik untuk menjalani kehidupannya dan membangun keadaan yang berhasil dan bahagia (hasil akhir). Mereka menjadi sadar bahwa pertumbuhan adalah suatu proses yang berkesinambungan, para penyintas berada dalam pengujian persepsi-persepsi dan membuka diri pada pengalaman baru.

3. Pendekatan Eklektik

Eklektik adalah terminologi dalam konseling dan psikoterapi yang memilih teori terbaik untuk membantu menyelesaikan masalah penyintas. Pendekatan ini sudah lama dikenal dan disebutkan oleh Diogenes Laertius, seorang penulis biografi pada awal abad ketiga.³⁴

Pendekatan eklektik yaitu tidak hanya meliputi dua pendekatan yang sering dipakai dalam proses konseling yaitu pendekatan langsung dan pendekatan tidak langsung, namun menyertakan dengan menggunakan pendekatan seperti

³⁴ *Ibid*, Hal. 133

psikoterapi, behavioristik, atau terapi-kognitif yang lebih terpusat pada pribadi penyintas karena pada prakteknya menggunakan pendekatan tunggal tidak mudah dalam menyelesaikan persoalan saat melakukan konseling.³⁵

b. Teknik Konseling Individu

Teknik konseling sebagai proses rasional yang menekankan pada perilaku penyintas untuk diamati perubahannya dan merencanakan tindakan selanjutnya dengan bertanggung jawab. Pelaksanaan pada proses konseling ini memiliki berbagai macam tahapan untuk membangun hubungan antara penyintas dan konselor yang bertujuan agar dapat membantu mengatasi tekanan-tekanan dan permasalahan yang sedang dihadapi. Maka tahapan pelaksanaan bimbingan dan konseling dapat diringkas sebagai berikut:³⁶

- 1) *Rapport*, kondisi saling memahami dan mengenal tujuan bersama. Tujuan utama dari teknik ini adalah menjembatani hubungan antara konselor, penyintas dan masalah yang sedang dimilikinya.
- 2) *Attending*, konselor menggunakan sikap tubuh, kontak mata, gerak isyarat (*gesture*), ekspresi wajah, dan kata-kata yang menunjukkan bahwa penyintas didengarkan dan

³⁵ *Ibid*, Hal.135

³⁶ Dra. Gantina Komalasari, dkk., *Teori dan Teknik Penyintasng*, (Jakarta: Indeks,2011), Hal 243

diperhatikan.

- 3) *Structing*, proses penetapan batasan oleh konselor tentang tujuan, hakikat, batas-batas konseling secara umum dan hubungan tertentu pada khususnya. Teknik yang menunjukkan kerangka kerja pada penyintas dimana secara umum peran konselor diketahui oleh penyintas dan ada yang bersifat formal berupa pernyataan konselor untuk menjelaskan dan membatasi konselor.
- 4) Mengamati perilaku penyintas, saat proses konseling hal ini dilakukan untuk mengamati perubahan fisik, ekspresi wajah, dan bahasa tubuh penyintas.
- 5) Merefleksikan perasaan penyintas secara akurat adalah suatu usaha konselor dapat mengkomunikasikan emosi yang disampaikan juga merupakan teknik penengah yang bermanfaat untuk digunakan setelah sesi permulaan dilakukan sebelum memberi informasi dan memulai tahap interpretasi.
- 6) Bertanya, konselor menggunakan tahapan ini untuk menanyakan dengan menggunakan jenis pertanyaan terbuka yang bertujuan untuk memberikan dorongan pada penyintas memberikan informasi lebih luas dan sebagai penguat dari jenis pertanyaan tertutup
- 7) Merangkum, selama proses konseling tahapan ini digunakan

konselor untuk meninjau kembali informasi yang diungkapkan oleh penyintas selama sesi berlangsung sehingga dapat menentukan informasi yang signifikan dan membangun prioritas.

- 8) Konfrontasi, konselor mengkomunikasikan kata-kata yang disampaikan konselor namun berbeda dengan perilaku yang tidak mendukung/menggambarkan kata-katanya
- 9) Pengungkapan diri (*self-disclosure*) konselor berbagi informasi pribadi tentang pikiran, perasaan dan pengalamannya yang sesuai dengan situasi penyintas.

Beragam teknik konseling yang harus dikuasai konselor, beberapa teknik yang sering digunakan yaitu:³⁷

- 1) Empati, sebagai bentuk hadirnya konselor dalam memahami permasalahan penyintas. Kemampuan ini untuk merasakan apa yang dirasakan oleh penyintas
- 2) Refleksi, kemampuan konselor untuk memantulkan kembali pada penyintas tentang pengalaman, perasaan dan pikiran sebagai pengamatan yang dihasilkan oleh konselor
- 3) Eksplorasi, adalah teknik menggali perasaan, pengalaman, dan pikiran penyintas. Teknik ini secara bebas bagi penyintas berbicara tanpa takut, tertekan, dan terancam.
- 4) *Paraphrasing*, teknik menangkap pesan utama dan

³⁷ Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2010), Hal.81

diungkapkan oleh konselor secara sederhana dan dapat dipahami dengan mudah.

- 5) Pertanyaan terbuka (open question), teknik ini menggunakan dengan pertanyaan yang memunculkan jawaban penjelasan.
- 6) Pertanyaan tertutup (closed question) adalah bentuk pertanyaan yang akan dijawab hanya dengan “ya” dan “tidak” atau kata singkat lainnya yang bertujuan untuk memperkuat pernyataan.
- 7) Interpretasi, cara konselor dalam memberikan rujukan, pandangan atau perilaku penyintas agar mengerti atau berubah. Konselor berusaha mengulas pikiran, perasaan dan perilaku penyintas berdasarkan pengalaman dengan menggunakan teori-teori tertentu. Teknik ini untuk memberikan rujukan, pandangan atau tingkah laku penyintas agar mengerti dan berubah melalui pemahaman dari hasil rujukan baru.
- 8) Mengarahkan, digunakan oleh konselor untuk mengarahkan penyintas agar berbuat sesuatu, seperti bermain peran atau membayangkan apa yang akan terjadi, bagaimana dampak apabila penyintas melakukan tindakan.
- 9) *Leading*, Konselor harus mampu memimpin arah pembicaraan sehingga tujuan konseling bisa tercapai secara efektif dan efisien. Arti memimpin dalam konseling ada 2

yaitu yang pertama menunjukkan keadaan dimana konselor berada didalam atau diluar pikiran penyintas. Yang kedua yaitu keadaan dimana konselor mengarahkan pikiran penyintas kepada penerimaan perkataan konselor. Teknik ini bertujuan agar pembicaraan penyintas tidak menyimpang dari fokus yang dibicarakan dan agar arah pembicaraan terfokus pada tujuan konseling.

10) *Silent*, teknik ini bukan karena tidak terjadi interaksi namun konselor sedang memberi waktu yang harus dilakukan konselor saat penyintas sedang berpikir bahkan menangis. Hal ini bertujuan untuk memberikan waktu pada penyintas dalam merespon perasaannya saat melakukan proses konseling. Diam memiliki beberapa arti seperti penolakan atau kebingungan penyintas untuk mengatakannya yang didorong dari perasaan cemas/kebencian yang sedang dipendam sehingga penyintas tidak siap untuk mengungkapkan perasaannya.

11) Konfrontasi, teknik menantang/menghadapkan keadaan pada penyintas yang menunjukkan sikap inkonsistensi antara perkataan dan perbuatannya (*gestur*), ide awal dan berikutnya berbeda. Tujuan teknik ini adalah mendorong penyintas untuk meneliti dirinya secara jujur dan sadar karena telah terjadi kontradiksi dalam dirinya.

12) Dorongan Minimal, dalam proses konseling, seorang konselor harus mengupayakan agar penyintas selaluterlibat dalam pembicaraan. Kemampuan yang harus dimiliki konselor adalah memberikan dorongan minimal kepada penyintas atau dorongan langsung yang dikatakan penyintas.

Dorongan minimal ini diberikan ketika penyintas menunjukkan sikap kurang terpusat pada pikirannya dan mengurangi atau menghentikan pembicaraannya.

13) *Clarifying*, Teknik dilakukan oleh konselor dengan mengklarifikasi ucapan-ucapan penyintas yang tidak jelas, samar-samar, atau agak meragukan. Tujuan dari teknik ini adalah mengundang penyintas untuk menyatakan pesannya secara jelas, ungkapan kata-kata yang tegas, dan dengan alasan-alasan yang logis. Selain itu tujuan lainnya adalah mengulang dan mengilustrasikan perasaannya.

14) Mengambil inisiatif, inisiatif yang dilakukan oleh konselor saat penyintas kurang bersemangat untuk berbicara dan kurang partisipatif dengan mengucapkan kata-kata mengajak atau mengambil inisiatif untuk menuntaskan diskusi.

15) Memberi Nasihat, dalam proses konseling, pemberian nasihat sebaiknya dilakukan apabila penyintas meminta pada konselor, akan tetapi konselor harus tetap mempertimbangkannya. Memberikan nasihat pada

penyintas harus memperhatikan aspek seperti kemandirian penyintas dalam proses konseling sehingga hal ini harus tetap dijaga agar kemandirian penyintas tercapai.

- 16) Pemberian Informasi, Konselor harus secara jujur mengatakan tidak mengetahui ketika tidak mengetahui suatu informasi sedangkan penyintas memintanya dan sebaliknya apabila konselor mengetahui, sebaiknya diupayakan agar penyintas tetap mengusahakannya sendiri.
- 17) Merencanakan, Menjelang akhir sesi konseling, konselor harus membantu penyintas untuk dapat membuat rencana suatu program untuk melakukan suatu tindakan guna memecahkan masalah yang dihadapinya. Rencana yang baik harus merupakan hasil kerja sama antara konselor dengan penyintas.
- 18) Menyimpulkan, Pada akhir penyintasg, bersama penyintas konselor membuat kesimpulan atau konselor membantu penyintas membuat suatu kesimpulan yang menyangkut bagaimana keadaan perasaan penyintas saat ini terutama menyangkut kecemasannya akibat masalah yang dihadapinya, memantapkan rencana penyintas dan pokok-pokok yang akan dibicarakan selanjutnya.
- 19) Mengakhiri (*closing session*), konselor saat mengakhiri sesi konseling dengan mengatakan bahwa waktu sesi sudah habis

kemudian merangkum isi pembicaraan, memberi informasi kepada penyintas terkait pertemuan sesi konseling berikutnya dan mengajak penyintas berdiri menggunakan isyarat gerakan tangan. Konselor dapat menunjukkan catatan-catatan singkat hasil selama sesi konseling berlangsung dan memberikan tugas-tugas tertentu kepada penyintas yang relevan dengan pembahasannya apabila diperlukan.

2. Tinjauan tentang Kepercayaan diri

a. Pengertian

Menurut Nur Ghufron dalam bukunya membahas bahwa kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang. Kepercayaan diri merupakan atribut yang sangat berharga bagi diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat, tanpa adanya kepercayaan diri akan menimbulkan banyak masalah pada diri seseorang. Hal itu dikarenakan dengan kepercayaan diri seseorang mampu mengaktualisasikan segala potensinya. Kepercayaan diri merupakan sesuatu yang penting untuk dimiliki setiap individu. Kepercayaan diri diperlukan oleh anak maupun orang tua, individu maupun kelompok.³⁸

³⁸ Ghufron, Nur dan Risnawati, Rini, *Teori-Teori Konselorgi*, (Jogjakarta: Ar-ruzz Media,2011), Hal.33

Kepercayaan diri dalam *Oxford Advanced Learner's Dictionary* adalah bentuk dari kemampuan seseorang untuk percaya pada keberhasilan sesuatu hal yang dilakukan. Rasa tidak percaya diri pada seseorang diakibatkan dari pikiran negative yang membayangi dirinya dengan ketakutan tanpa sebab sehingga menimbulkan dorongan atau kecenderungan menghindari hal yang akan dilakukannya.³⁹

Loekmono mengemukakan bahwa kepercayaan diri tidak terbentuk dengan sendirinya melainkan berkaitan dengan kepribadian seseorang. Kepercayaan diri dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berasal dari dalam individu sendiri. Norma dan pengalaman keluarga, tradisi kebiasaan dan lingkungan sosial atau kelompok dimana keluarga berasal.⁴⁰

Menurut Zakiah Darajat adalah percaya kepada diri sendiri melalui pengalaman-pengalaman yang dilalui sejak kecil.

Keadaan seseorang dengan rasa percaya dirinya dapat mengatasi faktor-faktor masalah dan situasi, bahkan tidak menutup kemungkinan akan mengalami frustrasi ringan. Sebaliknya pada seseorang yang tingkat percaya dirinya kurang akan sangat peka terhadap bermacam-macam situasi yang menekan.⁴¹

³⁹ Aprianti Yofita Rahayu, *Menumbuhkan Kepercayaan Diri Melalui Kegiatan Bercerita*, (Jakarta: PT. Indeks, 2013), Hal. 62-63

⁴⁰ Alsa, Asmadi dkk, *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kepercayaan Diri Remaja Penyandang Cacat Fisik*, (Semarang: Jurnal Konselorgi No. 1. 47-58), Hal:48

⁴¹ Drajat Zakiah, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Cv. Haji Masagung, 1995), Hal: 25

Berdasarkan pemaparan di atas maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri seseorang dapat dipengaruhi dari pengalaman hidupnya dengan faktor emosi yang terbentuk dari kepribadian dalam diri. Kepercayaan diri juga sebagai bentuk kemampuan terbaik dalam menyadari kapasitas yang dimiliki sehingga aktualisasi diri seseorang tersebut dapat melakukan interaksi dengan masyarakat.

A. Aspek-Aspek Percaya Diri

Proses setiap individu akan membentuk kepribadian tertentu di dalam dirinya seperti halnya rasa percaya diri tiap individu tidak muncul begitu saja. Individu yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi akan mampu membangun komunikasi, tidak mudah terpengaruh orang lain, memiliki jiwa toleransi yang cukup baik. Menurut Lauser, kepercayaan diri ini memiliki beberapa aspek yang dimiliki individu sebagai berikut:

- 1) Memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu mengerti setiap keputusan yang diambil
- 2) Rasa optimis dalam memandang sesuatu tentang harapan dan memandang diri sendiri mampu untuk melewati masalah.
- 3) Objektif yaitu sesuai dengan keadaan semestinya, bukan terbawa dalam pendapat orang lain ataupun anggapan sendiri.
- 4) Bertanggung jawab dengan cara bersedia menghadapi suatu masalah yang sudah menjadi konsekuensi

- 5) Rasional dan realitis sebagai pegangan untuk dapat menganalisis suatu masalah ataupun kejadian sesuai kenyataan yang ada.

Penjelasan yang telah dijabarkan diatas maka dapat disimpulkan bahwa rasa percaya diri pada individu memiliki nilai untuk dijadikan dasar dalam menyikapi suatu keadaan. Aspek percaya diri ini menunjukkan bahwa individu akan berdaya, tidak bergantung pada orang lain, memiliki penilaian yang objektif sehingga tidak mudah terpengaruhi oleh orang lain.

B. Faktor Pembentuk Percaya Diri

Kepercayaan diri tidak akan muncul secara begitu saja dalam perkembangan individu, namun terdapat faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat kepercayaan diri individu seperti yang dijelaskan Hakim sebagai berikut:⁴²

1. Faktor Internal

- a) Konsep diri yang terbentuk pada individu dengan proses perkembangan yang diperoleh melalui pergaulannya dalam suatu kelompok atau lingkungan melalui interaksi tersebut akan menghasilkan konsep diri.
- b) Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri yang mana sikap ini akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri individu.

⁴² *Ibid.*, Hal 37.

- c) Kondisi fisik merupakan hal yang sangat rentan dalam proses pembentukan kepercayaan diri seseorang untuk merasa berharga seseorang akan membandingkan dirinya dengan orang lain. Keadaan rusak atau cacat pada anggota tubuh seseorang dapat memicu rasa tidak berharga.⁴³
- d) Pengalaman hidup dapat menjadi faktor munculnya rasa percaya diri, namun pengalaman juga dapat memberikan pengaruh buruk sehingga menimbulkan rasa trauma.

2. Faktor eksternal

- a) Pendidikan. Menurut Antony, bahwa tingkat pendidikan yang rendah cenderung membuat individu tidak memiliki kekuasaan yang layak, akan tetapi keadaan sebaliknya tidak akan dirasakan apabila individu memiliki pendidikan yang tinggi karena individu tersebut akan mampu memenuhi keperluannya dengan memperhatikan situasi dari sudut kenyataan.
- b) Pekerjaan. Bekerja dapat meningkatkan kemandirian individu sehingga lebih percaya diri dan memiliki kemampuan untuk mengembangkan diri.
- c) Lingkungan dan pengalaman hidup ini masih terbagi

⁴³ Alsa, Asmadi dkk, *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua dengan Kepercayaan Diri Remaja Pengandang Cacat Fisik*, (Semarang: Jurnal Konselorgi No. 1. 47-58, 2006), Hal 49.

seperti lingkungan keluarga, sekolah, teman sebaya dan masyarakat yang masing-masing memiliki pengaruh yang berbeda untuk diterima setiap individu yang berinteraksi. Lingkungan seperti keluarga dapat menjadi dukungan yang baik dan dapat diterima akibat bentuk interaksi yang baik. Begitu juga dengan lingkungan masyarakat dengan norma yang terdapat di dalamnya maka dapat memberikan interaksi sehingga harga diri berkembang.⁴⁴

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor terbentuknya kepercayaan diri tidak hanya dari satu faktor yang tunggal namun terdapat faktor lain yang saling berkesinambungan dan memiliki proses yang panjang sejak awal masa perkembangan manusia.

C. Usaha Membangun Kepercayaan Diri

1. mengidentifikasi penyebab dari rendah percaya diri dan domain kompetensi diri yang penting, merupakan langkah penting untuk memperbaiki tingkat kepercayaan diri seseorang. Maka dari itu, salah satu sikap untuk mengidentifikasi adalah dukungan dan menghargai kompetensi yang dimiliki penyintas.
2. Memberikan dukungan emosional dan penerimaan sosial yaitu persetujuan sosial yang dalam bentuk konfirmasi dari orang lain

⁴⁴ Centi, P.J, *Mengapa Rendah Diri*, (Yogyakarta: Kanisius, 1995), Hal.33

dapat memberikan pengaruh baik. Dukungan orang sekitar dan keluarga menjadi faktor penting dalam upaya membangun kepercayaan diri.

3. Adanya prestasi yaitu kemampuan atau keterampilan dalam suatu bidang yang dimiliki seseorang dalam proses belajar.
4. Mengatasi masalah, yakni dengan adanya rasa percaya diri seseorang mampu menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi dan tidak menghindar. Lingkungan memiliki peran penting dalam memberi kesempatan kepada seseorang atau anak untuk memilih cara dalam menyelesaikan masalahnya dengan caranya. Perilaku ini akan menghasilkan suatu evaluasi diri yang dapat mendorong terjadinya persetujuan terhadap diri sendiri yang dapat meningkatkan rasa percaya diri.

D. Kepercayaan diri Menurut Perspektif Islam

Surat Al-Imron: 139

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya: *dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang beriman.*

Dari ayat di atas nampak bahwa orang yang percaya diri dalam al-Qur'an di sebut sebagai orang yang tidak takut dan sedih serta mengalami kegelisahan adalah orang-orang yang beriman dan orang-orang yang *istiqomah*. Banyaknya ayat-ayat lain yang menggambarkan tentang keistimewaan kedudukan manusia di muka bumi dan juga bahkan tentang

keistimewaan umat Islam, yang menurut penulis merupakan ayat-ayat yang dapat dipergunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri.⁴⁵

Ma'rifatun-nafsi atau mengenal diri sendiri terkenal dengan ungkapan "barang siapa yang mengenal dirinya, maka ia mengenal Tuhannya", dapat disejajarkan dengan konsep diri, *self concept* yaitu bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri. *Khusnudzon* atau prasangka yang baik juga dapat disejajarkan dengan berpikir positif.

Kata-kata yang terus beriringan dalam al-Quran yaitu *iman* dan *amal* merupakan penegasan dari harus adanya keyakinan dan tindakan. Untuk menyikapi semua tindakan-tindakan dan hasil yang diperoleh atas semua usahanya Islam memberikan konsep lain seperti *tawakal*, *syukr* dan *muhasabah* yang harus diamalkan dalam kehidupan sehari-hari.

Akumulasi konsep-konsep tersebut jika diteliti secara berkesinambungan akan menimbulkan dan mengisyaratkan adanya konsep percaya diri yang terungkap dalam al-Qur'an.⁴⁶ Adapun dalam surat Al-Fushshilat yang berbicara tentang persoalan percaya diri karena berkaitan dengan sifat dan sikap seorang mukmin yang memiliki nilai positif dan keyakinan kuat di dalam dirinya.

⁴⁵ Aya Mamlu'ah, *Konsep Percaya Diri Dalam Al Qur'an Surat Ali Imran Ayat 139*, (Bojonegoro: Al-Aufa: Jurnal Pendidikan dan Kajian Keislaman Vol. 01 Nomor 01, 2019), Hal. 33

⁴⁶ *ibid*, Hal.33

Surat Al-Fussilat: 30

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا

تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ

Artinya: “*Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: “Tuhan kami ialah Allah” kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, maka malaikat akan turun kepada mereka (dengan mengatakan): “Janganlah kamu merasa takut dan janganlah kamu merasa sedih; dan bergembiralah kamu dengan (memperoleh) surga yang telah dijanjikan Allah kepadamu.*”

Manusia sebagai makhluk yang dinamis suatu saat akan mengalami ketidakpercayaan diri dalam kehidupannya, namun keteguhan hati pada Allah SWT yang kembali memberikan kedamaian hati dengan berusaha menerima diri apa adanya sebagai bentuk syukur kepada-Nya.

Surat Ali Imran: 159

فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ

Artinya: “*Kemudian, apabila engkau telah membulatkan tekad, maka bertawakallah kepada Allah.*”

Menurut Quraish Shihab, tawakal adalah kesadaran akan kelemahan diri dihadapan Allah SWT dan habisnya upaya disertai kesadaran bahwa Allah adalah penyebab yang menentukan keberhasilan dan kegagalan manusia. Dengan demikian, upaya dan tawakal adalah gabungan sebab dan penyebab. Allah mensyaratkan melalui sunatullah bahwa penyebab baru akan turun tangan jika sebab telah dilaksanakan. Karena itu, perintah bertawakal dalam Al-qur’an selalu didahului oleh perintah berupa sekuat

kemampuan.⁴⁷

6. Tinjauan tentang pelecehan seksual

a. Pengertian

Berdasarkan aspek perilaku, mendefinisikan pelecehan seksual sebagai rayuan seksual yang tidak dikehendaki penerimanya, di mana rayuan tersebut muncul dalam beragam bentuk baik yang halus, kasar, terbuka, fisik maupun verbal dan bersifat searah. Bentuk umum dari pelecehan seksual adalah verbal dan godaan secara fisik yang pelecehan secara verbal lebih banyak dari pada secara fisik.

Pelecehan seksual dalam bentuk godaan fisik di antaranya adalah tatapan yang sugestif terhadap bagian-bagian tubuh (menatap payudara, pinggul atau bagian tubuh yang lain), lirikan yang menggoda dan mengejapkangejapkan mata, rabaan; mencakup cubitan, remasan, menggelitik, mendekap, dan mencium, gangguan seksual seperti rabaan atau ciuman yang terjadi karena situasi yang sangat mendukung misalnya di lift, koridor dan ruang lain yang sepi setelah jam kerja, tawaran kencan dengan imbalan promosi atau memojokkan perempuan untuk dicium, proposisi seksual, tekanan yang halus untuk aktivitas seksual, usaha perkosaan dan perkosaan itu sendiri.⁴⁸

Menurut naskah Rancangan Undang-Undang tentang Penghapusan Kekerasan Seksual didefinisikan sebagai bentuk perbuatan merendahkan,

⁴⁷ Putri Kasih Handriyani, *Pendidikan Sosial yang Terkandung dalam Al-Qur'an Surat Ali Imran ayat 159*, (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah), Hal.60

⁴⁸ Farley, L., *Sexual Shakedown: The Sexual Harassment of Women on The Job*, (New York: McGraw Hill, 1978)

menghina, menyerang, dan/atau perbuatan lainnya terhadap tubuh, hasrat seksual seseorang, dan/atau fungsi reproduksi, secara paksa, bertentangan dengan kehendak seseorang, yang menyebabkan seseorang itu tidak mampu memberikan persetujuan dalam keadaan bebas, karena ketimpangan relasi kuasa dan/atau relasi gender, yang berakibat atau dapat berakibat penderitaan atau kesengsaraan secara fisik, psikis, seksual, kerugian secara ekonomi, sosial, budaya, dan/atau politik.⁴⁹

A. Bentuk-bentuk Pelecehan Seksual

Kasus pelecehan seksual di Indonesia terhadap perempuan memiliki angka yang tinggi daripada laki-laki. Hal ini menjadikan dasar masalah dalam memunculkan landasan hukum untuk menyikapi kasus kekerasan seksual, latar belakang Indonesia sebagai negara yang multicultural sangatlah mempengaruhi bagaimana hukum itu berpihak pada penyintas kekerasan seksual. Hak keamanan warga negara sudah menjadi kewajiban negara untuk memenuhinya sebagai Hak Asasi Manusia (HAM) itu sendiri. Tertera dalam undang-undang No 39 Tahun 1999 Pasal 9 ayat (2)⁵⁰ berisikan “Setiap orang berhak tenteram, aman, damai, bahagia, sejahtera lahir dan batin. Kasus kekerasan seksual ini menjadi terror bagi penyintas sehingga tidak bisa merasakan hidup aman dan bahagia.

Kumpulan catatan Komnas Perempuan dalam buku pengenalan mengenai bentuk kekerasan seksual yang dibagi menjadi 15 bentuk

⁴⁹ Rancangan Undang-Undang Penghapusan Kekerasan Seksual, 2016

⁵⁰ Kementerian Hukum dan HAM RI, UU 39 tahun 1999 tentang HAM

kekerasan seksual, sebagai berikut:

1. Perkosaan
2. Intimidasi seksual
3. Pelecehan seksual
4. Eksploitasi seksual
5. Perdagangan perempuan untuk tujuan seksual
6. Prostitusi Paksa
7. Perbudakan Seksual
8. Pemaksaan Perkawinan
9. Pemaksaan Kehamilan
10. Pemaksaan Aborsi
11. Pemaksaan Kontrasepsi
12. Penyiksaan Seksual
13. Penghukuman Tidak Manusiawi dan bernuansa Seksual
14. Praktik tradisi bernuansa seksual yang membahayakan atau mendiskriminasi perempuan
15. Kontrol Seksual, termasuk lewat aturan yang diskriminatif.

Semakin banyak bertambahnya penyintas pelecehan seksual menjadi tanda bahaya untuk segera ditindak oleh pemerintah yang memiliki kapasitas dalam menciptakan hukum sebagai bukti bahwa kasus kekerasan seksual tidak bisa diabaikan. Kasus ini menjadi tanda bahwa lingkungan sekitar kita bahaya dan minim dalam mengenalkan dasar suatu nilai tentang menghormati hak orang lain. Selain itu, hak setiap perempuan dalam

berkegiatan di ruang publik kurang mendapat perhatian. Terjadinya kekerasan seksual dibagi menjadi dua menurut ruang geraknya yaitu ruang publik dan ruang privat.

Pelecehan seksual memunculkan permasalahan yang luas menjadi persoalan hukum apabila penyintas melaporkan pada lembaga hukum untuk mencari keadilan. Pelecehan seksual dikategorikan sebagai salah satu bentuk diskriminasi jenis kelamin, definisi tentang pelecehan seksual mempertegas batasan yang jelas sebagai bentuk tindakan diskriminatif secara legal yang dapat menjadikan pedoman bagi penyintas pelecehan seksual untuk mengajukan masalah melalui jalur hukum.

B. Penyebab Pelecehan Seksual

Kasus pelecehan seksual terjadi pada siapapun dan akar penyebab kasus ini adalah pada relasi kuasa yaitu pandangan mengenai hubungan antara yang dominan dan pihak yang lemah. Hal ini membuktikan bahwa penyintas pelecehan seksual bukan hanya perempuan tetapi anak-anak dan laki-laki dalam situasi kalah kuasa karena dianggap rentan dan tidak berdaya.⁵¹

Pada faktor lain penyebab pelecehan seksual adalah adanya niatan pelaku yang merujuk pada sistem pendidikan pengenalan pendidikan seksual sebagai upaya pencegahan. Pendidikan seksual pada sekolah formal hanya seputar kesehatan reproduksi mendasar dengan perintah tidak

⁵¹ Bivitri Susanti, “Kekerasan Seksual Bukan Jalan Tiada Ujung”, diakses di <https://majalah.tempo.co/read/laporan-khusus/163023/kolom-bivitri-susanti-kekerasan-seksual-dan-perlunya-upaya-serius-negara-menghapusnya-melalui-undang-undang>, pada tanggal 13 September 2021

melakukan hubungan seksual pada lawan jenis dan penyakit menular seksual (PMS), namun di sekolah formal tidak menyertakan *consent* atau persetujuan hubungan maupun sentuhan dengan orang lain.⁵²

Sejumlah organisasi yang tergabung dalam koalisi masyarakat sipil melakukan survei nasional tentang pelecehan seksual di ruang publik. Hasilnya, pakaian terbuka bukan menjadi penyebab utama perempuan menjadi penyintas pelecehan seksual. Survei dilakukan oleh koalisi masyarakat sipil yang terdiri dari Hollaback! Jakarta, perEMPUn, Lentera Sintas Indonesia, Perkumpulan Lintas Feminis Jakarta, dan Change.org Indonesia. Diketahui mayoritas perempuan yang menjadi penyintas pelecehan seksual menggunakan pakaian tertutup saat kejadian. Menurut Rastra, *Top 3* baju yang mereka (perempuan) pakai adalah rok/celana panjang (18%), baju lengan panjang (16%). Ini membantah sama sekali (ucapan) 'salah sendiri nggak pakai baju sopan'. Kita punya data sendiri 17% itu penyintasnya memakai hijab, ini sama sekali bukan masalah baju.⁵³

C. Dampak Pelecehan Seksual

Pelecehan seksual yang terjadi pada seseorang akan berakibat pada psikis dan fisiknya (non verbal), dampak negatif pada kasus ini secara individual meliputi perasaan terhina, putus asa, marah, dikucilkan, dikhianati, frustrasi risih, degradasi dan merasa bersalah.

⁵² Athalla Syalsabhila, Ronaldo CP, “*Apa Kabar Penanganan Kekerasan Seksual di Indonesia*”, (Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma, 2020), Hal.4

⁵³ Ronaldo Fransiscus Sihombing, “*Survei Pelecehan Seksual: Pakaian Terbukan Bukan Sebab Perempuan Jadi Penyintas*”, diakses dari [Survei Pelecehan Seksual: Pakaian Terbuka Bukan Sebab Perempuan Jadi Penyintas \(detik.com\)](https://www.detik.com), pada tanggal 13 September 2021

Trauma akan dialami oleh penyintas pelecehan seksual dengan jangka waktu yang relatif berbeda. Traumatik pada penyintas pelecehan seksual secara serius akan memunculkan kecemasan yang berlebih, labilitas *autonomic*, dan stress fisik maupun emosi yang melampaui batas ketahanan orang biasa atau disebut dengan *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD).

Selain, *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) dampak pada kekerasan seksual juga memiliki dampak psikologis yang dialami penyintas seperti gangguan perilaku yang ditandai dengan tidak berdaya untuk melakukan aktifitas sehari-hari, begitu juga penyintas pelecehan seksual akan terganggu kognisinya karena penyintas akan sulit berkonsentrasi saat belajar dan sering melamun dan termenung dengan pikiran kosong, dan gangguan emosional yang ditandai dengan *mood swing* atau berubahnya suasana hati dan sering menyalahkan diri sendiri.⁵⁴

Dampak yang muncul dari kekerasan seksual kemungkinan adalah depresi, fobia, dan mimpi buruk, curiga terhadap orang lain dalam waktu yang cukup lama. Ada pula yang merasa terbatas di dalam berhubungan dengan orang lain, berhubungan seksual dan disertai dengan ketakutan akan munculnya kehamilan akibat dari perkosaan. Bagi penyintas perkosaan yang mengalami trauma psikologis yang sangat hebat, ada kemungkinan akan merasakan dorongan yang kuat untuk bunuh diri.⁵⁵

Penyintas pelecehan seksual akan mengalami ketidakberdayaan

⁵⁴ M. Anwar Fuadi, *Dinamika Konselorgi Kekerasan Seksual: Sebuah Studi Fenomenologi*, (Malang: Jurnal Konselorgi Islam, 2011), Hal. 198

⁵⁵ Sulistyarningsih, E., & Faturochman, *Dampak Sosial Konselorgis Perkosaan*, (Yogyakarta: Buletin Konselorgi. Tahun X, No. 1 Juni 2002), Hal. 9-23.

untuk melaporkan pada lembaga penanganan kasus pelecehan seksual dikarenakan perasaan yang tidak nyaman akibat kejadian yang menimpa dirinya, perasaan bersalah, terhina, takut akan mendapat anggapan buruk oleh lingkungan dan gangguan psikis yang menjadikan penyintas tidak berdaya. Dampak psikis pada penyintas pelecehan seksual dijelaskan sebagai bentuk simtom-simtom depresi yang terdiri dari empat bentuk simtom, seperti:⁵⁶

- 1) Simtom Emosional, merupakan perubahan perasaan atau tingkah laku yang merupakan akibat langsung dari keadaan perasaannya.
- 2) Simtom Kognitif, manifestasi kognitif yang muncul, antara lain adanya penilaian diri yang rendah, harapan-harapan yang negatif, menyalahkan dan mengkritik diri sendiri, tidak dapat memutuskan dan adanya distorsi *body image*.
- 3) Simtom Motivasional, berkaitan dengan hasrat dan ketergugahan penderita yang cenderung regresif. Istilah regresif dikaitkan dengan aktivitas yang dilakukan, dengan derajat tanggung jawab atau dengan banyaknya energi yang akan digunakan.
- 4) Simtom Gejala Fisik – Vegetatif, perwujudan gejala vegetatif dan fisik benar-benar dipertimbangkan peneliti sebagai bukti untuk melihat gangguan otonom atau hypothalamic yang bertanggung jawab terhadap keadaan depresi.

⁵⁶ Beck. A.T, *Depression: Clinical, Experimental, and Theoretical Aspects*, by Hoeber Medica Devision USA, Harper and Row Published Incorporated

D. Penanganan Dampak Pelecehan Seksual

Pengalaman traumatik yang dialami penyintas pelecehan seksual sangat membutuhkan bantuan dari orang lain untuk bisa lepas dari belenggu depresi dalam diri. Penanganan penyintas pelecehan seksual dilakukan dalam dua tahap sekaligus sebagai upaya pendampingan penyintas sebagai individu yang memiliki hak asasi dan pendampingan secara psikologis untuk memberi bantuan dan dukungan bangkit dan berdaya.

- a. Bantuan Hukum
- b. Pendampingan Psikologis
- c. Kebijakan Pemerintah

H. Metode Penelitian

Metode penelitian pada dasarnya memiliki makna yaitu cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.⁵⁷ Penulis menggunakan beberapa cara atau metode dalam pencarian informasi-informasi yang diperlukan yaitu sebagai berikut:

1. Jenis penelitian

Jenis penelitian yang digunakan oleh penulis adalah penelitian lapangan atau *field research*. Studi kasus didefinisikan sebagai jenis dari penelitian kualitatif yang mendalam mengenai individu, kelompok, institusi dan sebagainya dalam kurun waktu tertentu. Tujuan dari studi kasus yaitu

⁵⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods)*, (Bandung: Alfabeta, 2016), hal. 3

berusaha menemukan makna, menyelidiki proses serta mendapatkan pengertian dan pemahaman yang mendalam dari individu, kelompok maupun situasi tertentu. Data dalam studi kasus diperoleh dengan cara wawancara, observasi serta mempelajari berbagai dokumen yang berkaitan dengan topik yang diteliti oleh peneliti.

Penelitian ini menggunakan penelitian dalam bentuk kualitatif yang berbasis study kasus (*case study*) dianggap tepat karena dapat menggambarkan pada kasus pelecehan seksual dan pemulihan kepercayaan diri pada penyintas di Lembaga P2TPA Rekso Dyah Utami sebagai lembaga pendampingan. Penelitian kualitatif merupakan kajian yang menyelidiki suatu fenomena sosial dan masalah manusia.⁵⁸ Studi kasus didefinisikan sebagai jenis dari penelitian kualitatif yang mendalam mengenai individu, kelompok, institusi dalam kurun waktu tertentu. Data dalam studi kasus diperoleh dengan cara wawancara, observasi, serta mempelajari berbagai dokumen yang berkaitan dengan topik yang diteliti oleh peneliti.⁵⁹

2. Subjek dan Objek Penelitian

a. Subjek Penelitian

Penentuan subjek penelitian ini dilakukan dengan cara *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan *sample* sumber data dengan pertimbangan tertentu misalnya orang tersebut yang dianggap paling tahu tentang apa yang diharapkan peneliti atau mungkin orang

⁵⁸ Juliansyah Noor, *Metode Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi dan Karya Ilmiah*, (Jakarta, 2011), hal 34

⁵⁹ Eko Sugiarto, *Menyusun Proposal Penelitian Kualitatif: Skripsi dan Tesis*, (Yogyakarta: Suaka Media, 2015), hal 12

tersebut sebagai penguasa sehingga akan memudahkan peneliti menjelajahi objek/situasi sosial yang diteliti.⁶⁰ Pemilihan subjek dipilih dari konselor/psikolog P2TPA Rekso Dyah Utami selaku pihak utama yang berhubungan langsung dengan penyintas dalam melakukan proses pemulihan.

Data subjek penelitian yang memenuhi kriteria yang harus dipenuhi, yaitu penyintas berjenis kelamin perempuan yang pernah mengalami perlakuan pelecehan seksual secara verbal maupun non-verbal dan sedang dalam penanganan pemulihan oleh P2TPA Rekso Dyah Utami, konselor yang menangani kasus pelecehan seksual dan petugas bidang rehabilitasi sosial P2TPA Rekso Dyah Utami.

Peneliti mendapatkan 3 unsur yang akan menjadi subjek penelitian dan peneliti mendapatkan data bahwa penanganan kasus di Rekso Dyah Utami memiliki 6 bidang yang berbeda sesuai dengan jenis kasus yang dialami penyintas dan kebutuhan penanganannya. Berdasarkan kriteria subjek dalam penelitian adalah bidang yang dimiliki oleh Rekso Dyah Utami, bidang kesehatan dan Psikologi adalah bidang yang menangani kasus kekerasan dan pelecehan. Bidang kesehatan dan Psikologi memiliki satu konselor sekaligus psikologi untuk menangani kasus terkait pelecehan yaitu Bu Silvy selaku konselor sekaligus psikolog pada bidang kesehatan yang bertugas memberikan pelayanan konseling kepada penyintas,

⁶⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods)*, (Bandung: Alfabeta, 2016), hal. 301

kemudian peneliti mengambil subjek lain untuk memperkuat data penelitian yaitu dengan Bu Tantis sebagai ketua koordinasi bidang rehabilitasi sosial yang bertugas mengawasi penyintas Rekso Dyah Utami di dalam shelter dan dilakukan secara bergantian dengan petugas rehabilitasi sosial lainnya selama masa pemulihan penyintas.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan konselor dan petugas rehabilitasi sosial P2TPA Rekso Dyah Utami Yogyakarta, peneliti mendapatkan data penyintas yang sedang dalam masa penanganan Rekso Dyah Utami, yaitu Bunga (nama samaran) seorang anak-anak yang berusia 13 tahun mengalami pelecehan seksual oleh pacar dari ibu kandungnya, kondisinya mengalami trauma diamankan untuk mendapatkan penanganan. Penyintas tersebut peneliti tuliskan adalah data general untuk subjek pada penelitian ini. Data sekunder dalam penelitian ini peneliti memaksimalkan dengan pengambilan data melalui konselor dan petugas bidang rehabilitasi sosial untuk dijadikan data sekunder.

b. Objek Penelitian

Objek atau permasalahan yang diangkat ditentukan dengan tempat penelitian yang dipilih. Objek penelitian ini adalah layanan konseling individu untuk pemulihan kepercayaan diri penyintas pelecehan seksual di P2TPA Rekso Dyah Utami Yogyakarta.

3. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan proses yang dilakukan oleh penulis untuk mendapatkan data-data yang diperlukan dalam penelitian. Data yang dikumpulkan merupakan bahan penting yang harus didapat oleh peneliti agar memenuhi sumber informasi yang baik dan akurat. Penulis menggunakan beberapa hak yang dapat dilakukan dalam proses penelitian ini:

a. Observasi

Metode observasi (pengamatan) merupakan sebuah teknik pengumpulan data yang mengharuskan turun ke lapangan dan mengamati hal-hal berkaitan dengan ruang, tempat, pelaku, kegiatan, benda-benda, waktu, peristiwa, tujuan dan perasaan.⁶¹

Penelitian ini menggunakan jenis observasi *nonparticipant* yaitu penulis dalam mengamati objek penelitiannya tidak terlibat dan hanya sebagai pengamat.⁶²

Observasi dalam penelitian ini dilakukan adalah mengamati kegiatan di lembaga P2TPA Rekso Dyah Utami untuk mendapatkan data penelitian yang dibutuhkan.

a. Wawancara

Penulis menggunakan wawancara untuk mengumpulkan data. Wawancara adalah bentuk pencarian informasi atau bertukarinformasi antara dua pihak melalui tanya jawab sehingga dapat menjabarkan makna

⁶¹ M. Junaidi Ghony dan Fauzan Almanshur, *Metode Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Ar Ruzz Media, 2012) hal. 165

⁶² Sugiyono, *Metode Penelitian Bisnis (Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D)*, (Bandung: Alfabeta, 2013), hal.204

dalam suatu topik tertentu.⁶³ Pada penelitian ini penulis menggunakan teknik wawancara semistruktur. Sugiyono menjelaskan bahwa wawancara semistruktur (*semistruktur*) adalah teknik wawancara dalam kategori wawancara mendalam (*in-dept interview*), dengan pelaksanaannya bebas dan memiliki tujuan untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka dengan atau tanpa pedoman.⁶⁴

Wawancara ini ditujukan pada konselor dan petugas rehabilitasi sosial untuk mendapatkan data dengan meliputi hal yang bersangkutan tentang proses pemulihan penyintas dalam pemulihan rasa kepercayaan diri. Di sini wawancara yang dilakukan penulis menggunakan alat bantu berupa perekam suara dan catatan dalam proses wawancara.

b. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang berhubungan dengan pihak yang diteliti baik berbentuk tulisan, gambar atau karya-karya monumental.⁶⁵

Dalam pengumpulan data dengan metode dokumentasi, peneliti mengumpulkan data melalui foto kegiatan yang berada pada dokumen diperlihatkan oleh komunitas kepada peneliti. Pengumpulan data ini berfungsi sebagai bukti yang diambil dari hasil wawancara dan dokumentasi lembaga terkait hal-hal pada subjek.

⁶³ Agustinova dan Danu Eko, *Memahami Metode Kualitatif, Teori dan Praktik*, (Yogyakarta:Capitulis,2015) hal 33

⁶⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods)*, (Bandung: Alfabeta, 2016), hal. 318

⁶⁵ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabet, 2008) hal. 38

Data yang diperoleh melalui metode dokumentasi ini berupa buku profil dan leaflet yang berisi informasi tentang lembaga P2TPA Rekso Dyah Utami Yogyakarta.

4. Keabsahan Data

Keabsahan data penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sebagai teknik pengumpulan data. Triangulasi teknik pengumpulan, yaitu teknik pengumpulan data yang berbeda-beda untuk mendapatkan data dari sumber yang sama. Data yang diperoleh melalui wawancara kemudian dicek dengan observasi dan dokumentasi yang dikumpulkan dari subjek.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan triangulasi sumber yaitu melakukan cek hasil wawancara dengan konselor dan diakurasikan dengan data yang didapatkan oleh peneliti.

5. Metode Analisis Data

Analisis data pada penelitian ini merupakan proses mencari dan menyusun secara sistematis dari data yang sudah diperoleh selama penelitian di lapangan seperti catatan lapangan melalui observasi langsung. Proses analisis data melalui wawancara, reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Teknik analisis data dibagi menjadi 3 tahap, yaitu:⁶⁶

a. Reduksi data

⁶⁶ Afrizal, *Metode Penelitian Kualitatif: Sebuah Upaya Mendukung Penggunaan Kualitatif Dalam Berbagai Disiplin Ilmu* (Jakarta: Rajawali Pers, 2014), hal. 178-180

Reduksi data dalam penelitian ini diambil dari satuan bagian terkecil dari bagian keseluruhan data penelitian. Penulis melakukan pemilihan pada data yang terpenting, merangkum data mencari pola atau tema dan membuang data-data yang tidak perlu.

Data direduksi dari hasil observasi, wawancara serta dokumentasi yang telah didapat oleh peneliti dari subjek yang terdapat kaitannya dengan pemulihan kepercayaan diri.

b. Penyajian Data

Setelah reduksi data tahap selanjutnya adalah penyajian data. Pada penelitian kualitatif penyajian data dapat dilakukan dengan menggunakan tabel, grafik, chart, dan lain sebagainya.

c. Penarikan kesimpulan

Pada tahap penarikan kesimpulan penulis ambil melalui temuan data sebagai bentuk interpretasi penulis dari observasi, wawancara maupun dokumen. Setelah membuat kesimpulan kemudian penulis akan meninjau kembali (verifikasi) untuk memastikan keshahihannya dengan cara melihat ulang dari proses reduksi data dan penyajian data agar tidak ada kesalahan yang dilakukan.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil data dan analisis penelitian maka dapat disimpulkan bahwa metode konseling individu yang digunakan pada penelitian ini memiliki dua pendekatan dasar yaitu:

Menggunakan dua pendekatan pada proses konseling dalam pelaksanaannya konselor membantu penyintas untuk menemukan solusi alternatif sebagai usaha memecahkan masalah yang sedang dihadapinya. Kondisi psikis dan mental yang dialami seorang penyintas pelecehan seksual seperti perasaan yang kacau dan merasa tidak percaya diri adalah bukti valid bahwa dampak dari peristiwa itu memberikan trauma dengan jangka waktu dan proses pemulihan yang panjang.

Konselor berperan membantu menanamkan kembali rasa percaya diri penyintas dengan memberikan dukungan akan tetapi kondisi psikis dan kepribadian penyintas perlu diperhatikan selama proses konseling karena kondisi setiap penyintas tidak bisa disamakan. Namun, konselor percaya bahwa setiap individu memiliki kemampuan emosional sehingga selama pendampingan penyintas dapat menemukan jalan keluarnya melalui cara pandangnya memahami kondisi yang sedang dialami. Bantuan rehabilitasi yang dilakukan di dalam shelter dengan menggunakan pendekatan humanis membentuk kembali rasa percaya diri penyintas sehingga dapat

mengembalikan fungsi sosialnya sebagai manusia.

B. Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan peneliti menyadari kekurangan di dalamnya, namun peneliti memiliki beberapa saran dari proses selama menyelesaikan penelitian ini sebagai berikut:

1. Penting bagi setiap individu menyadari bahwa perlakuan pelecehan seksual adalah tindakan kejahatan yang harus ditanggapi dan ditangani secara serius. Pelecehan seksual dapat terjadi dimanapun tempatnya dan siapapun dapat menjadi pelaku atas pelecehan seksual.
2. Lembaga/instansi negara wajib menegakan hukum yang tegas untuk menyikapi kasus pelecehan yang terjadi sebagai bentuk tanggungjawab negara atas rasa aman warga negaranya. Tindakan ini dapat dibuktikan pada keberpihakan memberikan ruang aman, kebijakan yang jelas pada pemberian hukuman pelaku pelecehan seksual, dan memberikan edukasi kepada masyarakat tindakan pencegahan serta sosialisasi tempat aman untuk melapokan. Tindakan tersebut dapat membantu masyarakat untuk melakukan pertolongan karena dalam menyelesaikan kasus pelecehan penyintas membutuhkan dukungan serta penanganan yang dapat melindungi penyintas.
3. Keluarga merupakan lingkaran terdekat yang berdampingan dengan kehidupan penyintas pelecehan seksual, menjadi bagian yang paling penting dalam memberikan dukungan sehingga dapat membantu proses

pemulihan.

4. Masyarakat berperan penting dalam memberikan pertolongan pada penyintas saat memulai kembali kehidupannya seperti biasa setelah mendapatkan pendampingan secara psikologis. Selain itu, masyarakat baiknya tidak memiliki sikap mendiskriminasi penyintas pelecehan seksual serta memberikan label negatif pada peristiwa yang terjadi.
5. Saran kepada peneliti selanjutnya, agar dapat menyempurnakan penelitian dengan tema kasus pelecehan seksual sehingga ke depannya dapat memberikan literatur pada masyarakat dan akademisi dalam melakukan kasus ini lebih mendalam.

C. Kata penutup

Alhamdulillah Rabbil'Alamin, penulis panjatkan syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya sesuai dengan kemampuan yang di miliki penulis namun tidak dipungkiri masih terdapat banyak kekurangan. Penulis berharap serta berdo'a semoga skripsi yang berjudul "Konseling Individu Untuk Pemulihan Kepercayaan Diri Penyintas Pelecehan Seksual di P2TPA Rekso Dyah Utami Yogyakarta" ini dapat selesai dengan baik dan bermanfaat bagi penelitian selanjutnya. Tidak lupa penulis sampaikan salam terimakasih kepada orang tua serta orang-orang sekitar penulis yang selalu memberikan semangat dan do'a serta dukungan, penulis juga berterimakasih banyak kepada dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan dengan sabar dan selalu mempermudah

penulis sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa penulis juga sangat berterimakasih kepada pihak-pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian untuk skripsi ini. Dalam skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan serta kekurangan lain, oleh karena itu penulis terbuka akan kritik serta saran yang dapat memberikan koreksi untuk selanjutnya.

Harapan penulis kedepannya semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis sendiri karena dapat mengetahui secara lebih dekat proses konseling individu untuk penyintas kasus pelecehan seksual meskipun tidak bertemu dengan penyintas. Harapannya mereka dan penyintas di luar sana diberi kekuatan dan penulis ucapkan rasa terima kasih karena sudah berjuang juga bertahan sampai hari ini. Dimanapun kalian, percaya bahwa kalian tidak sendirian. Akhir kata penulis sampaikan terimakasih semoga segala rahmat, hidayah serta inayahNya selalu tercurahkan kepada kita semua juga mendapat barokah atas segala yang kita lakukan. *Aamiin.*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal, *Metode Penelitian Kualitatif: Sebuah Upaya Mendukung Penggunaan Kualitatif Dalam Berbagai Disiplin Ilmu*, Jakarta: Rajawali Pers, 2014
- Alsa, Asmadi dkk, *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua dengan Kepercayaan Diri Remaja Pengandang Cacat Fisik*, Semarang: *Jurnal Konselori No. 1*. 47-58, 2006
- Andi Mappiare AT, *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*, Jakarta: Rajawali Pers, 2011
- Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islam*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013
- Agustinova dan Danu Eko, *Memahami Metode Kualitatif, Teori dan Praktik*, Yogyakarta: Capitulis, 2015
- Agus Riyanto, *Layanan Bimbingan dan Konseling Bagi Anak Penyintas Pelecehan Seksual di P2TP2A Lamban Ratu Agom Kabupaten Tanggamus*, skripsi Lampung: Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Raden Intan, 2019
- Athalla Syalsabhila, Ronaldo CP, “*Apa Kabar Penanganan Kekerasan Seksual di Indonesia*”, Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma, 2020
- Aunur Rahim Faqih (Penyunting), *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, Yogyakarta: Penerbitan UII Press, 2001
- Aya Mamlu’ah, *Konsep Percaya Diri Dalam Al Qur’an Surat Ali Imran Ayat 139*, Bojonegoro: Al-Aufa: Jurnal Pendidikan dan Kajian Keislaman Vol. 01 Nomor 01, 2019
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional, *Buku Suplemen Bimbingan Teknis Kesehatan Reproduksi, Pelecehan Seksual*, Jakarta: UNESCO, 2012
- Badan Statistika <https://sensus.bps.go.id/main/index/sp2020> diakses pada

tanggal 11 mei 2021

Barurth, C.G. dan Robinson, E.H., dalam Latipun *Konselori Konseling*,
Malang: MM Press,2011

Beck. A.T, *Depression: Clinical, Experimental, and Theoretical Aspects*, by
Hoerber Medica Devision USA, Harper and Row Published
Incorporated

Bivitri Susanti, "*Kekerasan Seksual Bukan Jalan Tiada Ujung*", diakses di
<https://majalah.tempo.co/read/laporan-khusus/163023/kolom-bivitri-susanti-kekerasan-seksual-dan-perlunya-upaya-serius-negara-menghapusnya-melalui-undang-undang> , pada tanggal
13 September 2021

Catatan Akhir Tahun KOMNAS Perempuan, *Kekerasan Meningkat: Kebijakan Penghapusan Kekerasan Seksual Untuk Membangun Ruang Aman Bagi Perempuan dan Anak Perempuan*, Jakarta: Komnas Perempuan, 2020

Centi, P.J, *Mengapa Rendah Diri*, Yogyakarta: Kanisius,1995

Dedi Supriad, *profesi Konseling dan Keguruan*, Bandung: PPs IKIP
Bandung, 2004

Dra. Gantina Komalasari, dkk. *Teori dan Teknik Konseling*, Jakarta:
Indeks,2011

Drajat Zakiah, *Kesehatan Mental*, Jakarta: Cv. Haji Masagung,1995

Eko Sugiarto, *Menyusun Proposal Penelitian Kualitatif: Skripsi dan Tesis*,
Yogyakarta: Suaka Media, 2015

Farley, L., *Sexual Shakedown: The Sexual Harassment of Women on The
Job*, New York: McGraw Hill, 1978

Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, Bandung:
PT.Eresco, 1988

Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, Bandung: PT.
Eresco,1995

Ghufron, Nur dan Risnawati, Rini, *Teori-Teori Konselori*, Yogyakarta: Ar-
ruzz Media,2011

- Innes Yonanda, *Pemulihan Konselori Pada Penyintas Kekerasan Seksual*, Skripsi Yogyakarta: Program Studi Konselori, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2017
- Intan Permata Sari, *Konseling Individu Bagi Remaja Pelecehan Seksual di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW)*, Skripsi (Yogyakarta:Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Universitas Negeri Sunan Kalijaga, 2017
- Juliansyah Noor, *Metode Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi dan Karya Ilmiah* Jakarta:Kencana, 2011
- Kartono, Kartini. *Konselori Anak*. Jakarta:Alumni,2000
- Kementrian Hukum dan HAM RI, UU 39 tahun 1999 tentang HAM
- Komisi nasional anti kekerasan terhadap perempuan, *Sebuah Pengenalan 15 Bentuk Kekerasan Seksual*, <https://komnasperempuan.go.id/instrumen-modul-referensi-pemantauan/6>, diakses 11 Mei 2021
- Komnas Perempuan, "Siaran Pers dan Lembar Fakta Komnas Perempuan: Catatan Tahunan Kekerasan terhadap Perempuan 2020" diakses dari <https://komnasperempuan.go.id/catatan-tahunan-detail/catahu-2020-kekerasan-terhadap-perempuan-meningkat-kebijakan-penghapusan-kekerasan-seksual-menciptakan-ruang-aman-bagi-perempuan-dan-anak-perempuan-catatan-kekerasan-terhadap-perempuan-tahun-2019> pada tanggal 11 mei 2021
- Latipun, *Konselori Konseling*, Malang: Penerbitan Universitas Muhammadiyah Malang,2005
- M. Anwar Fuadi, *Dinamika Konselori Kekerasan Seksual: Sebuah Studi Fenomenologi*, Malang: Jurnal Konselori Islam,2011
- M. Junaidi Ghony dan Fauzan Almanshur, *Metode Penelitian Kualitatif*, Yogyakarta: Ar Ruzz Media, 2012
- Prayitno, "Dasar-Dasar Bimbingsn dan Konseling", Jakarta: Rineka Cipta, 2004

- Prayitno dan Erman Amtu, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: Rineka Cipta, 2009
- Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, Jakarta: Amzah, 2010
- Sejarah P2TPA Rekso Dyah Utami, diakses di <http://reksodyahutami.com/latar-belakang>, pada 25 Januari 2022
- Singgih D. Gunarsa, “Konseling dan Psikoterapi”, Jakarta: Gunung Mulia, 1996
- Sulistyaningsih, E., & Faturochman, *Dampak Sosial Psikologis Perkosaan*, (Yogyakarta: Buletin Konselori. Tahun X, No. 1 Juni 2002), Hal. 9-23.
- Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabet, 2008
- Sugiyono, *Metode Penelitian Bisnis (Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D)*, Bandung: Alfabeta, 2013
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods)*, Bandung: Alfabeta, 2016
- Tohirin, *Bimbingan konseling di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi*, Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada, 2007
- Thoeng Sabrina, “*Buku Pengenalan Tentang 15 Bentuk Kekerasan Seksual*”, Universitas Bina Nusantara, 2019
- Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islami*, Medan: Perdana Publishing, 2018
- Rancangan Undang-Undang Penghapusan Kekerasan Seksual, 2016
- Ronaldo Fransiscus Sihombing, “*Survei Pelecehan Seksual: Pakaian Terbukan Bukan Sebab Perempuan Jadi Penyintas*”, diakses dari [Survei Pelecehan Seksual: Pakaian Terbuka Bukan Sebab Perempuan Jadi Penyintas \(detik.com\)](http://www.detik.com), pada tanggal 13 September 2021
- Ummul Hasannah, *Konseling Krisis Terhadap Penyintas Pelecehan Seksual*, Skripsi Yogyakarta: Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, 2018