

## INTERVENSI PEMULIHAN TRAUMA UNTUK MENGURANGI ISOLASI SOSIAL PADA ANAK DENGAN PELECEHAN SEKSUAL : *LITERATURE REVIEW*

Sukmawati<sup>1</sup>, Lilis Mamuroh<sup>1</sup>, Furkon Nurhakim<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran, Bandung, Indonesia  
*Corresponding Email:* sukawati@unpad.ac.id

### Abstrak

Pelecehan seksual anak banyak terjadi di Indonesia ditandai per-tahun 2021 terdapat 3.122 anak menjadi korban. Peningkatan kasus pelecehan seksual menyebabkan meningkatnya kasus trauma sehingga anak cenderung menutup diri terhadap lingkungan sekitarnya. Trauma pada anak merupakan masalah yang perlu segera ditangani agar tidak menimbulkan permasalahan tumbuh kembang. Studi ini bertujuan menganalisis pengaruh intervensi pemulihan trauma untuk menurunkan tingkat isolasi sosial pada anak dengan pelecehan seksual. Desain penelitian menggunakan literature review dengan pendekatan narrative review. Strategi pencarian artikel jurnal menggunakan metode PRISMA dan didapatkan lima jurnal eligible. Hasil penelitian menunjukkan efektivitas pengaruh trauma focused *cognitive behavior therapy*, terapi bermain, terapi kelompok, dan terapi teater menurunkan gejala klinis isolasi sosial anak dengan trauma pelecehan seksual. Kelima intervensi tersebut dapat membantu anak untuk berdamai dengan peristiwa yang dialaminya. Diharapkan para praktisi dapat menerapkan tindakan intervensi tersebut untuk membantu menurunkan tingkat trauma pada anak dengan pelecehan seksual.

**Kata kunci:** Isolasi sosial, pelecehan seksual anak, pemulihan trauma.

### Abstract

*Child sexual abuse occurs a lot in Indonesia at 2021 there are 3,122 children who are victims. The increase cases of sexual abuse causes an increase trauma field so children tend to close themselves to their surroundings. Child trauma is a serious problem which needs to be addressed immediately so it does not cause growth problems. This study aims to analyze the effect of trauma recovery interventions to reduce the level of social isolation in children with sexual abuse. The research design uses a literature review with a narrative review approach. The journal article search strategy used PRISMA method and five eligible journals were obtained. The results showed the effectiveness of the influence of trauma focused cognitive behavior therapy, play therapy, group therapy, and theater therapy in reducing clinical symptoms of social isolation in children with trauma of sexual abuse. These five interventions can help childrens overcome traumatic events they are experiencing. It is hoped that practitioners can implement these interventions to help reduce the level of trauma in children with sexual abuse.*

**Keywords:** Sexual child abuse, social isolation, trauma treatment.

## PENDAHULUAN

Perkembangan zaman saat ini dapat membawa dampak positif atau negatif. Salah satu dampak negatif yang saat ini terjadi adalah pelecehan seksual pada anak - anak. Menteri Pemberdayaan dan Perlindungan Anak (PPPA) mengungkapkan kejahatan seksual masih banyak terjadi di Indonesia, berdasarkan data dari 1 Januari 2021 hingga 3 Juni 2021 menunjukkan korban kejahatan seksual pada anak berjumlah 3.122 korban (Nahar, 2021). Pelecehan seksual, kekerasan seksual dan pencabulan terhadap anak di Amerika Serikat sering disebut dengan *sexual child abuse* (Hawari, 2013). *Sexual abuse* adalah praktik seks yang menyimpang bertentangan dengan nilai agama serta melanggar hukum yang berlaku (Huraerah, 2012).

Anak-anak merupakan kelompok yang sering menjadi korban *sexual abuse* karena anak diposisikan sebagai sosok yang lemah dan tidak berdaya akibat kemampuan untuk melindungi diri sendiri yang masih sangat terbatas. Tindakan *sexual abuse* dapat berdampak jangka pendek atau panjang pada anak. Pada dampak jangka pendek, anak akan mengalami mimpi buruk, ketakutan yang berlebihan pada orang lain, dan konsentrasi menurun yang dapat mengganggu kesehatan. Dampak jangka panjangnya yaitu ketika dewasa, anak akan mengalami fobia pada hubungan seks atau terbiasa dengan kekerasan sebelum melakukan hubungan seksual. Trauma akibat *sexual abuse* pada anak akan semakin sulit dipulihkan jika tidak segera ditangani. (Ocviyanti, Dwiana, & Khusen, 2018)

Menurut American Psychological Association (2020), trauma merupakan respon emosional yang abnormal terhadap peristiwa mengerikan seperti kecelakaan, pemerkosaan, atau bencana alam. Respons utama yang diberikan adalah rasa terkejut, penolakan, dan dapat bermanifestasi menjadi reaksi jangka panjang seperti ketidakstabilan emosi, kilas balik pengalaman, kekakuan hubungan, dan gejala-gejala fisik. Terdapat beberapa jenis pada trauma yaitu trauma psikologis, trauma neurosis, trauma fisik, dan trauma penyakit. Trauma psikologis merupakan gangguan pada jiwa seseorang yang disebabkan akibat kejadian yang menimpanya. Trauma psikososial pada anak seringkali menjadi sumber keprihatinan bagi keluarga dan penyedia layanan kesehatan, perilaku langsung pada anak yang mengalami trauma psikososial meliputi : ketidakmampuan berkomunikasi, hilangnya motivasi, penurunan keterampilan sosial, personal hygiene yang buruk, paranoid, harga diri rendah, prestasi akademik dan sosial menurun, merasakan tidak nyaman yang pada akhirnya dapat menjadi isolasi sosial (Stuart, 2009) dalam (Suerni & PH, 2019). Isolasi sosial ditandai dengan kurangnya interaksi sosial dan sistem pendukung dalam berhubungan dengan keluarga dan teman-teman pada lingkungan individu. (Wu & Sheng, 2020).

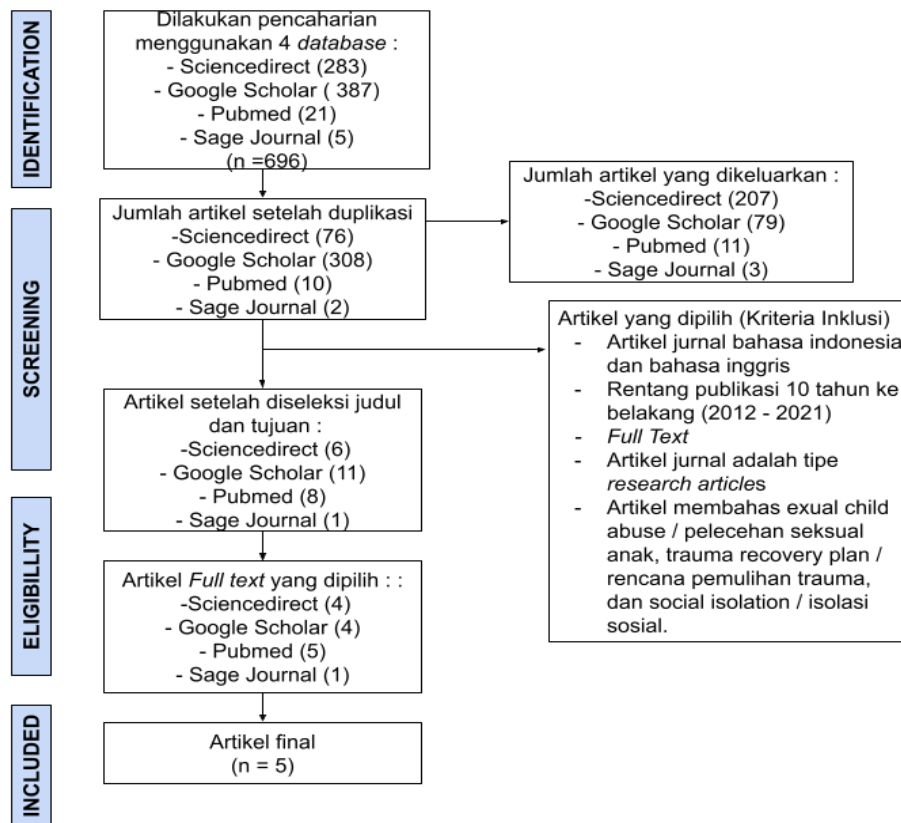
Terdapat beberapa intervensi untuk mengatasi trauma yang dapat dilakukan. Penyusunan tindakan secara hati-hati perlu dilakukan untuk mencegah terjadinya ketakutan dan kecemasan yang berlebih pada klien. Menurut Trauma Information and Education Centre (2013), *trauma recovery*

merupakan upaya intervensi untuk membantu individu terbebas dari gejala- gejala trauma yang dialaminya. Prinsip utama dalam *trauma recovery* adalah untuk mengembalikan rasa aman dan keberdayaan individu. Terdapat tiga fase dalam *trauma recovery* yaitu meningkatkan rasa aman dan menstabilkan emosi, eksplorasi ingatan dan kesedihan, serta meningkatkan rasa keberdayaan dan aktualisasi keinginan terhadap diri sendiri.

Berdasarkan tinjauan literatur yang telah dilakukan, cukup banyak yang sudah membahas terkait hubungan intervensi psikologis dengan kasus pelecehan seksual. Namun, pelecehan seksual yang dilakukan mayoritas terjadi pada tahapan remaja. Oleh karena itu penulis ingin lebih memahami terkait upaya penyembuhan trauma pada anak yang mengalami pelecehan seksual. Mengacu pada data pelecehan seksual anak yang masih banyak terjadi di Indonesia, maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk menganalisis pengaruh intervensi pemulihan trauma dengan penurunan tingkat isolasi sosial pada anak yang mengalami pelecehan seksual.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode *literature review* dengan pendekatan *narrative review*. Strategi pencarian artikel melalui database PubMed, ScienceDirect, Google Scholar, dan Sage Journal menggunakan kata kunci “(*Child with Sexual Abuse OR Sexual Child Abuse OR Child Molestation*) AND (*Trauma Treatment OR Trauma Therapy*) AND (*Social Isolation OR Social Exclusion*). Kriteria inklusi yang ditetapkan yaitu artikel penelitian *full-text* bahasa indonesia dan inggris dengan publikasi 10 tahun terakhir (2012 - 2021). Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah artikel *review* dan *protocol*, artikel tidak bisa diakses dan judul penelitian duplikas. Berdasarkan hasil pencarian literatur menggunakan kata kunci didapatkan dari database Sciencedirect 283 artikel, Google Scholer 387 artikel, Pubmed 21 artikel dan Sage Journal 5 artikel, diskroning kembali berdasarkan duplikasi artikel dan kriteria inklusi dan didapatkan 5 artikel untuk dianalisis lebih lanjut. Hasil seleksi artikel studi menggunakan pedoman *preferred reporting from systematic reviews and Meta-analytic* (PRISMA), alur pencarian artikel dapat dilihat pada flowchart berikut.



Gambar 1. Preferred Reporting from Systematic Reviews and Meta-analytic (PRISMA)

## HASIL

Berdasarkan hasil literatur review didapatkan hasil bahwa beberapa terapi yang dilakukan dapat menunjang pemulihan trauma pada anak yang mengalami pelecehan seksual. Hasil penelitian disajikan dalam tabel berikut.

**Tabel 1. Karakteristik Artikel**

<b>Karakteristik</b>	<b>Jumlah artikel (n)</b>	<b>Penulis</b>
<b>Negara</b>		
Indonesia	2	(Susilowati & Dewi, 2019) (Sholikhah, 2020)
Amerika Serikat	3	(Allen & Hoskowitz, 2017) (Liotta et al., 2015) (Hébert & Daignault, 2015)
<b>Study Design</b>		
Metode Korelatif dengan single subject design	1	(Susilowati & Dewi, 2019)
Quasi-experimental design	3	(Allen & Hoskowitz, 2017) (Liotta et al., 2015) (Hébert & Daignault, 2015)
Metode partisipatif melalui media teater	1	(Sholikhah, 2020)
<b>Instrumen penelitian</b>		
Visual Inspection Analysis	1	(Susilowati & Dewi, 2019)
Treatment Techniques Scale	1	(Allen & Hoskowitz, 2017)
Model tangga partisipasi Roger Hart.	1	(Sholikhah, 2020)
The Child Behavior Checklist	2	(Liotta et al., 2015) (Hébert & Daignault, 2015)
Child Sexual Behavior Inventory	1	(Liotta et al., 2015)
Trauma Symptom Checklist For Children	1	(Liotta et al., 2015)
Children's Knowledge of Abuse Questionnaire Revised	1	(Liotta et al., 2015)
Personal Safety Questionnaire	1	(Liotta et al., 2015)
The Child Dissociative Checklist (CDC)	1	(Hébert & Daignault, 2015)
Parents completed the Child Post-Traumatic Stress Reaction Index - Parent Questionnaire (CPTS-RI-PQ)	1	(Hébert & Daignault, 2015)
The 14-item French version of the Psychological	1	(Hébert & Daignault, 2015)
Distress Scale of the Quebec Health Survey	1	(Hébert & Daignault, 2015)
The Modified PTSD Symptom Scale - Self-Report (MPSS-SR)	1	(Hébert & Daignault, 2015)

<b>Hasil Penelitian</b>		
Signifikan	5	(Susilowati & Dewi, 2019) (Allen & Hoskowitz, 2017) (Hébert & Daignault, 2015) (Liotta, et al., 2015) (Sholikhah, 2020)
Tidak Signifikan	-	-

**Tabel 2. Intervensi Terapi yang Diberikan**

<b>Jenis Intervensi</b>	<b>Durasi</b>	<b>Hasil</b>
Cognitive Behavioral Therapy	7 hari, dibagi 2 fase (1 hari untuk baseline dan 6 hari untuk intervensi)	Penurunan gejala yang dialami seperti ketakutan, mimpi buruk, dan kesedihan
Trauma-Focused-Cognitive Behavioural Therapy (TF-CBT)	6 bulan	Perubahan signifikan pada gejala anak-anak setelah terapi selama 6 bulan. Dengan demikian, data menunjukkan pengurangan masalah perilaku internal dan eksternal dan gejala disosiasi. Skor PTSD global serta skor pada dua dimensi skala (pengalaman ulang dan kewaspadaan yang berlebihan) secara signifikan menurun setelah terapi. Namun, tidak ada perubahan signifikan yang terlihat untuk dimensi penghindaran. Namun hasil follow up 12 bulan tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan yang menunjukkan bahwa efek pengobatan dipertahankan.
Cognitive Behavioral Therapy dengan Teknik Bermain / Pengalaman	12 bulan	Pengurangan yang signifikan dari sebelum hingga pasca perawatan untuk setiap gejala yang diperiksa: PTS, disosiasi, kecemasan, kemarahan/agresi, depresi, dan masalah seksual
Terapi Kelompok	3 bulan	Terdapat perubahan yang membaik dan meningkat, telah terbukti secara signifikan meminimalkan total masalah, gejala eksternalisasi dan internalisasi, stress pascatrauma, disosiasi, keamanan pribadi perilaku masalah yang telah diukur.
Media Teater	2 minggu	Hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui teater, anak-anak korban dilibatkan secara aktif (partisipatif) dalam mengungkapkan perasaan dan mampu untuk menyuarakan aspirasi mereka kepada orang lain.

**Tabel 3. Manifestasi klinis yang terpengaruh setelah Intervensi**

Manifestasi klinis	Hasil	Nilai
Rasa takut, Mimpi buruk, Kesedihan	Menurun	Rasa takut (0.225 - 0.375) Mimpi buruk (0.235 - 0.085) Kesedihan (0.235 - 0.085)
Internalising, externalising, dissociation symptoms, pengalaman berulang, penghindaran	Menurun	Internalising (62.68 → 53.76), Externalising (60.64 → 52.28), Dissociation symptoms (8.84 → 4.48), Pengalaman ulang (12.71 → 6.65), Penghindaran (5.94 → 3.88), Kewaspadaan berlebihan (7.29 → 3.29)
PTS, disosiasi, kecemasan, kemarahan/agresi, depresi, masalah seksual.	Menurun	PTS (T ¼ 8.42, p < .001), disosiasi (T¼ 6.35, p < .001), kecemasan (T ¼ 6.06, p < .001), kemarahan/agresi (T ¼ 5.74, p < .001), depresi (T ¼ 8.42, p < .001), dan masalah seksual (T ¼ 5.63, p < .001).
Gejala internalisasi, gejala eksternalisasi, stres Pascatrauma, Disosiasi, Keamanan Pribadi	Meningkat	Gejala internalisasi (29,6%) Gejala Eksternalisasi (27,6%), Stres Pascatrauma (13,6%), Disosiasi (11,4%), Keamanan Pribadi (20,5%)
Ketakutan, cemas, sedih, menghindar dan kurang responsif	Menurun	Ketakutan (23,6%), cemas (28,9%), sedih(25%), menghindar (16,4%) dan kurang responsif (20,2%)

## PEMBAHASAN

Berdasarkan lima artikel penelitian yang sudah dianalisis, masing-masing artikel membahas intervensi yang berbeda dalam upaya melakukan pemulihan trauma pada anak dengan isolasi sosial akibat pelecehan seksual yang dialaminya. Intervensi yang dilakukan yaitu *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT), Terapi Kelompok, dan Media Teater dinilai dapat membantu pemulihan trauma pada anak dengan pelecehan seksual dengan membuat anak menghadapi rasa takut, mengeksplorasi emosi positif, dan berpartisipasi dalam kegiatan sosial.

*Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) merupakan intervensi yang efektif untuk diterapkan pada anak dengan gejala PTSD akibat kejadian traumatis yang dialami (Ehlers, 2013). Intervensi CBT dilakukan dengan menggali kembali ingatan traumatis seseorang untuk membuatnya terbiasa dan dapat berdamai dengan kejadian tersebut melalui perspektif yang berbeda. Menurut Bisson et al (2013) Trauma-Focused CBT berfokus pada upaya mengatasi kecemasan melalui empat komponen wajib yaitu psikoedukasi, manajemen kecemasan, eksposur in vivo (nyata) atau imajinatif, dan restrukturisasi kognitif. Pada anak dengan kejadian traumatis seperti pelecehan seksual akan

membuat dirinya menjadi ketakutan terhadap dunia luar yang cenderung membuatnya mengisolasi diri sendiri. Oleh karena itu, anak perlu diajak untuk berdamai dengan keadaan sehingga dapat kembali menjalani kembali kehidupannya dengan normal.

Terapi Kelompok merupakan terapi yang dilakukan oleh terapis berpengalaman secara bersamaan dengan orang lain yang memiliki permasalahan serupa. Tujuannya adalah untuk membantu anggota berhubungan dengan orang lain, serta mengubah perilaku yang destruktif dan maladaptif (Manurung, Amperaningsih, & Kohir, 2020). Terapi kelompok telah diakui sebagai pendekatan yang efisien, karena memungkinkan beberapa anak diperlakukan secara bersamaan dengan kondisi tekanan psikologis yang sama. Model terapi kelompok perilaku kognitif ini menggunakan *Game-based cognitive behavioral therapy-group model* (GB-CBT-GM). Terapi kelompok inovatif yang mengintegrasikan prinsip-prinsip CBT dengan terapi bermain terstruktur telah diselidiki sebelumnya dan diidentifikasi sebagai pengobatan yang efektif untuk korban kekerasan seksual pada anak. (Liotta et al., 2015). Efektivitas terapi kelompok untuk korban kekerasan seksual juga didapatkan hasil terjadinya peningkatan signifikan dalam keterampilan mengatasi masalah perilaku dan gejala pasca trauma lainnya melalui peningkatan sosialisasi dan generalisasi keterampilan terapeutik, serta meminimalisir stigmatisasi terkait masalah psikologis.

Media Teater merupakan pementasan kampanye. Menurut Leslie B. Snyder, kampanye merupakan aktivitas komunikasi yang terorganisir secara langsung ditujukan kepada khalayak tertentu pada periode waktu yang ditetapkan untuk mencapai tujuan tertentu. Teater sebagai alat kampanye dapat dilihat dari lakon atau materi pentas teater, alur cerita, pesan tersirat, pemilihan lokasi, dan pemaknaan setelah pertunjukan dilakukan. Dalam menyusun pertunjukan teater, materi yang diangkat adalah materi tentang perlindungan anak yang didasarkan pada pengalaman nyata korban. Pentas teater dilakukan di tempat terbuka untuk umum yang disertai dengan sarasehan narasumber ahli yang membahas isu materi. Pertunjukan teater secara khusus mengundang stakeholder yang berkompeten dalam perlindungan anak.

## **SIMPULAN**

Semua intervensi berpengaruh terhadap pemulihan trauma pada anak yang mengalami pelecehan seksual dengan membuat anak menghadapi rasa takut, mengeksplorasi emosi positif, dan berpartisipasi dalam kegiatan sosial. Peneliti merekomendasi intervensi pemulihan trauma untuk mengurangi isolasi sosial pada anak adalah media teater karena dilakukan dalam waktu singkat yaitu hanya 2 minggu sehingga anak tidak keburu bosan, dan anak dapat dilibatkan secara aktif dalam mengungkapkan perasaan dan dapat menyuarakan aspirasi anak tersebut pada orang lain. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi dasar para



praktisi menerapkan program untuk menurunkan tingkat trauma dan isolasi sosial anak korban pelecehan seksual.

## DAFTAR PUSTAKA

- Allen, B., & Hoskowitz, N. A. (2016). *Structured Trauma-Focused CBT and Unstructured Play/Experiential Techniques in the Treatment of Sexually Abused Children: A Field Study With Practicing Clinicians*. *Child Maltreatment*, 22(2), 112–120.
- Efendi, F., Indarwati, R., & Aurizki, G. E. (2019). *Trauma-Focused Cognitive Behavior Therapy untuk Lanjut Usia di Daerah Pasca Bencana*. Surabaya: Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga.
- Hawari, D. (2013). *Kekerasan Seksual Pada Anak*. Universitas Indonesia. Jakarta: UI- Press.
- Hébert, M., & Daignault, I. V. (2015). *Challenges in treatment of sexually abused preschoolers: A pilot study of TF- CBT in Quebec*. *Sexologies*, 24(1), e21– e27. <https://doi.org/10.1016/j.sexol.2014.09.003>.
- Huraerah, A. (2012). *Perilaku Kekerasan Pada Anak*. Bandung: Nuansa Cendekia.
- Liotta, L., Springer, C., Misurell, J. R., Block- Lerner, J., & Brandwein, D. (2015). Interventions for child sexual abuse group treatment for child sexual abuse: Treatment referral and therapeutic outcomes. *Journal of Child Sexual Abuse*, 24(3), 217–237. <https://doi.org/10.1080/10538712.2015.1006747>.
- Manitoba Trauma Information & Education Centre. (2013). Phases of Trauma Recovery. *Trauma Recovery*.
- Manurung, I., Amperaningsih, Y., & Kohir, D. (2020). Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Terapi Kelompok Peningkatan Kemampuan Interaksi Sosial Pada Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan Di Bandar Lampung. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(3), 168 - 172.
- Ocviyanti, D., & Khusen, D. (2018). Penanganan Holistik pada Kasus Pelecehan Seksual pada Anak. *Journal Of The Indonesian Medical Association*, 68(4), 176-179.
- Paramitha, R. G., Kusristanti, C., & Kunci, K. (2018). Resiliensi Trauma dan Gejala Posttraumatic Stress Disorder (PTSD) pada Dewasa Muda yang Pernah Terpapar Kekerasan Trauma Resilience and Posttraumatic Stress Disorder (PTSD) Symptoms in Violence-Exposed Young Adults. *Jurnal Psikogenesis*, 6(2), 186–196.
- Susilowati, E., & Dewi, K. (2019). Cognitive Behaviour Therapy to Overcome Trauma of A Child Sexual Abuse Victim in Bandung-Indonesia. *Asian Social Work Journal*, 4(1), 20–28. <https://doi.org/10.47405/aswj.v4i1.78>.
- Utami, N. S., & Milkhatun. (2020). Analisis Rekam Medis Pasien Isolasi Sosial dengan Menggunakan Algoritma C4 . 5 di Rumah Sakit Jiwa Daerah Atma Husada Mahakam Samarinda.