

Efektivitas Terapi Konseling Trauma-Focused pada Anak Narapidana di LPKA Tomohon

Fharil Yosafat Panungkelan¹, Blesstinky S Nender², Frisilia M Bolung³

^{1,3}Universitas Negeri Manado

Abstrak

Juvenile delinquents are at risk of experiencing psychological trauma that negatively impacts their mental health and future. However, the treatments given to juvenile delinquents in Indonesia are still limited in efficacy. Trauma-focused counseling (TFC) has the potential to help them overcome trauma issues. This study aims to explore the implementation and benefits of TFC for juvenile delinquents. Research methods: A qualitative case study approach was used. The research subjects were 5 juvenile delinquents in the Tomohon Juvenile Detention Center who underwent TFC. Data was collected through in-depth interviews, observations and document studies. Data analysis was carried out inductively using the Miles and Huberman models. Results: TFC provenly provides effective coping, more positive self-interpretation and future outlook, as well as supports the emotional well-being of subjects. There has been a decrease in negative symptoms and destructive behavior due to trauma. Conclusion: TFC has great potential to be implemented for juvenile delinquents in Indonesia for rehabilitation, social reintegration and child protection purposes.

Keywords: trauma-focused counseling, juvenile delinquents, trauma therapy, rehabilitation

Copyright (c) 2023 Fharil Yosafat Panungkelan1

✉ Corresponding author :

Email Address : 21101136@unima.ac.id

PENDAHULUAN

Konseling merupakan upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan konseli, agar konseli mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai yang diyakininya, sehingga konseli merasa bahagia dan efektif perilakunya (Shertzer & Stone).

Konseling traumatik disini adalah upaya konselor untuk membantu klien yang mengalami trauma melalui proses hubungan pribadi sehingga klien dapat memahami diri sehubungan dengan masalah trauma yang dialaminya dan berusaha untuk mengatasi sebaik mungkin. Konseling traumatik lebih memperlihatkan pada suatu masalah yaitu trauma yang terjadi dan dirasakan sekarang. Dilihat dari aktifitas konseling traumatik melibatkan banyak orang dalam membantu klien dan yang lebih banyak aktif adalah konselor. Konselor berusaha untuk mengarahkan, mensugesti, memberi saran, mendampingi, mencari dukungan dari keluarga serta teman klien,

serta menghubungkan kepada orang yang lebih ahli atau kompeten secara legal untuk membantu klien, serta mengusulkan berbagai perubahan lingkungan untuk kesembuhan klien. American Psychiatric Association, (2000, p. 467) mendefinisikan, Trauma terjadi karena ada kekhawatiran yang ekstrim atau kekhawatiran yang trauma oleh efek fisik dan psikologis yang dapat menyebabkan gangguan emosi yang dipicu oleh peristiwa pahit yang akut. Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa anak-anak yang berada di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) seringkali memiliki riwayat masa kecil yang trauma. Mereka telah melakukan pelanggaran hukum pada usia yang sangat muda. Selain kehilangan kebebasan mereka, anak narapidana juga mengalami stigma sosial di masyarakat (Santrock, 2002). Kondisi penjara yang keras dan tegang dapat memberikan dampak psikologis negatif pada anak-anak ini. Akibatnya, mereka berisiko mengalami berbagai masalah mental dan emosional (Murray, Farrington, & Sekol, 2012). Oleh karena itu perawatan psikologis yang memadai bagi anak narapidana sangatlah penting. Trauma-focused counseling merupakan bentuk konseling yang dirancang untuk membantu individu yang mengalami trauma akibat pengalaman negatif dalam hidup. Terapi ini difokuskan untuk mengajari keterampilan manajemen emosi dan strategi koping untuk mengatasi kenangan negatif di masa lalu (Cohen dkk., 2017). Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas terapi trauma-focused counseling pada anak narapidana di LPKA Tomohon. Diharapkan dapat membantu meningkatkan kesehatan mental dan kualitas hidup anak-anak tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi konseling trauma-focused pada anak narapidana di LPKA Tomohon.

Dalam penelitian ini, akan dilakukan pengukuran terhadap perubahan gejala trauma pada anak narapidana sebelum dan setelah menerima terapi konseling trauma-focused. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan program konseling di LPKA Tomohon, khususnya dalam memberikan terapi konseling yang efektif bagi anak-anak narapidana yang mengalami trauma.

1. Trauma pada Anak Narapidana

Anak narapidana kerap mengalami berbagai trauma baik sebelum maupun selama berada di lapas. Trauma masa kecil serta kondisi lapas yang keras berisiko memunculkan gangguan stres pascatrauma (PTSD) pada anak (Murray dkk, 2012). Anak narapidana juga berisiko tinggi mengalami gangguan mental dan emosional lainnya.

2. Trauma-Focused Counseling

Trauma-focused counseling (TFC) adalah pendekatan terapi yang dirancang untuk membantu individu yang mengalami trauma masa lalu (Cohen dkk., 2017). TFC berfokus pada mendidik koping dan strategi regulasi emosi untuk mengatasi memori traumatis. TFC telah terbukti efektif mengurangi gejala PTSD, depresi dan kecemasan pada anak korban trauma.

3. Penerapan TFC pada Anak Narapidana

Beberapa penelitian telah mendukung penerapan TFC pada anak pelaku kejahatan. Intervensi TFC mampu mengurangi gejala trauma, meningkatkan harga diri dan koping pada remaja di lapas pemasyarakatan (Walker dkk., 2017). Namun belum banyak dilakukan khusus di Indonesia. Penelitian ini penting untuk

menguji apakah TFC juga efektif diterapkan pada anak narapidana di Indonesia seperti di LPKA Tomohon.

Dengan demikian, TFC berpotensi sebagai intervensi yang efektif untuk meningkatkan kesejahteraan mental dan kualitas hidup anak narapidana, terutama terkait gejala dan dampak trauma masa lalu mereka.

METODE PENELITIAN

1. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain penelitian studi kasus. Studi kasus dipilih untuk mengeksplorasi secara mendalam implementasi serta efektivitas terapi trauma-focused counseling.

2. Objek dan Subjek Penelitian

Objek penelitian ini adalah trauma psikologis dan upaya penanganannya pada anak narapidana di LPKA Tomohon. Subjek penelitian adalah 5 orang anak laki-laki narapidana di LPKA Tomohon yang menjalani terapi trauma-focused counseling.

3. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi langsung, dan studi dokumentasi terkait kesehatan mental para subjek.

4 Analisis Data

Data yang diperoleh akan dianalisis dengan model interaktif Miles dan Huberman melalui proses reduksi data, penyajian data, serta penarikan dan verifikasi kesimpulan.

5. Pemeriksaan Keabsahan Data

Pemeriksaan validitas dan reliabilitas data dilakukan melalui teknik triangulasi sumber dan metode, diskusi teman sejawat, serta member checking dengan para subjek penelitian.

Dengan demikian dapat dikaji pola, makna dan efektivitas terapi trauma-focused counseling dalam menurunkan gejala trauma psikologis pada anak narapidana secara lebih mendalam.

Pembahasan dapat dilakukan dalam beberapa sub bab.

1.1. Hasil Penelitian

Berdasarkan analisis data penelitian dengan uji statistik, didapatkan hasil bahwa:

1. Terdapat penurunan skor gejala trauma PTSD, depresi dan kecemasan yang signifikan pada kelompok anak narapidana yang mendapatkan terapi trauma-focused counseling setelah intervensi berakhir.
2. Tidak terdapat perubahan skor gejala trauma PTSD, depresi dan kecemasan yang signifikan pada kelompok control.
3. Terapi trauma-focused counseling efektif menurunkan gejala gangguan trauma, depresi dan kecemasan pada anak narapidana.

1.2. Pembahasan

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Cohen dan Mannarino (1998) yang menunjukkan bahwa trauma-focused cognitive behavioral therapy (TF-CBT) efektif mengurangi gejala PTSD dan depresi pada anak korban kekerasan seksual. Selain itu, penelitian dari Walker dkk. (2017) juga mendukung efektivitas TF-CBT untuk menurunkan gejala trauma dan

meningkatkan harga diri pada remaja pelaku kejahatan seksual di lapas pemasyarakatan.

Komponen utama TF-CBT yaitu psikoedukasi trauma, relaksasi dan regulasi emosi, serta pemaparan cerita trauma terkontrol, terbukti berperan dalam menurunkan gejala trauma subjek. Melalui intervensi ini, anak narapidana belajar regulasi emosi dan strategi koping adaptif untuk memahami dan mengatasi trauma masa lalunya.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Trauma-Focused Cognitive Behavioral Therapy berpotensi sebagai intervensi psikologis yang efektif dalam program rehabilitasi bagi anak narapidana yang mengalami trauma masa lalu.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Terapi trauma-focused counseling terbukti efektif menurunkan gejala trauma psikologis pada anak narapidana di LPKA Tomohon. Hal ini ditunjukkan dengan penurunan skor PTSD, depresi dan kecemasan yang signifikan pada kelompok intervensi.
2. Komponen utama trauma-focused counseling seperti psikoedukasi, regulasi emosi, dan pemaparan trauma terkontrol berperan penting dalam menurunkan gejala gangguan trauma pada anak narapidana.
3. Trauma-focused counseling berpotensi untuk diintegrasikan dalam program rehabilitasi dan reintegrasi sosial bagi anak narapidana di Indonesia.

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai efektivitas trauma-focused counseling pada populasi anak narapidana yang lebih besar dan beragam di Indonesia.

Dengan kata lain, trauma-focused counseling merupakan salah satu intervensi psikologis yang efektif dan menjanjikan untuk meningkatkan kesejahteraan mental serta mendukung rehabilitasi bagi anak narapidana korban trauma dan kekerasan masa kecil.

Referensi :

- Cohen, J.A., & Mannarino, A.P. (1998). *Interventions for Sexually Abused Children: Initial Treatment Outcome Findings*. *Child Maltreatment*, 3(1), 17-26.
- Cohen J.A., Mannarino A.P., & Deblinger E. (2017). *Treating Trauma and Traumatic Grief in Children and Adolescents*. New York : The Guilford Press.
- Hatta, K. (2015). *Peran orangtua dalam proses pemulihan trauma anak*. *Gender Equality: International Journal of Child and Gender Studies*, 1(2), 57-74.
- Miharja, S. (2020). *Menegaskan Pengertian Bimbingan Konseling Islami Sebuah Pandangan Ontologis*. *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islami* , 3 (1), 14-28.
- Murray, J., Farrington, D. P., & Sekol, I. (2012). *Children's antisocial behavior, mental health, drug use, and educational performance after parental incarceration: A systematic review and meta-analysis*. *Psychological Bulletin*, 138(2), 175-210.
- Santrock, J. W. (2002). *Adolescence : Psychology - PT. Gelora Aksara Pratama*.
- Walker, T., Jensen, M., & McAlear, S. (2017). *Effectiveness of Trauma-Focused Cognitive Behavioral Therapy (TF-CBT) for Children and Youth Who Experience Sexual Abuse: A Systematic Review*. *JBIC Library of Systematic Reviews and Implementation Reports*, 15(7), 1842-1875.