

## Terapi *Healing The Mind* Untuk Mengatasi Kondisi Traumatik Pada Anak Dan Remaja Korban Kekerasan Seksual

Nova Ari Pangesti<sup>1\*</sup>, Dita Ayu Nur Saputri<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Program Studi D III Keperawatan, STIKes Pemkab Purworejo

\*Email: nopheexcellent@gmail.com

### Kata kunci :

Anak, remaja,  
Kekerasan Seksual,  
*Art Therapy*, Terapi  
Murottal

### Keywords :

*Children, youth,*  
*Sexual Violence, Art*  
*Therapy, Murottal*  
*Therapy*

### Info Artikel:

#### Tanggal dikirim:

12 September 2023

#### Tanggal direvisi:

1 Oktober 2023

#### Tanggal diterima :

11 Oktober 2023

#### DOI Artikel:

10.33862/citradelima.  
v7i2.380

#### Halaman: 90-97

### Abstrak

Kekerasan seksual terhadap anak terus menjadi ancaman yang serius. Dampak kekerasan seksual yang paling *urgent* adalah anak akan memiliki trauma yang mendalam sehingga dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan. Anak rentan mengalami gangguan stress pascatrauma (PTSD) yang ditandai dengan keinginan untuk melakukan bunuh diri, kecemasan yang meningkat, gelisah, khawatir akan masa depannya, hingga keinginan menjadi pelaku kekerasan seksual di kemudian hari. Salah satu perawatan non farmakologis pada korban kekerasan seksual yang mengalami trauma adalah terapi *Healing the Mind* dengan inovasi peneliti menggabungkan *art therapy* dan spiritual. Tujuan penelitian menganalisis pengaruh terapi *Healing The Mind* dalam mengatasi *traumatic* pada anak-anak dan remaja yang mengalami kekerasan seksual. Metode Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif yang menerapkan metode eksploratif (*exploratory research*) dengan menerapkan teknik wawancara mendalam (*in-depth interview*). Analisa data menggunakan Collaizi. Hasil Ada tiga tema utama yang diidentifikasi dalam penelitian ini, yaitu (1) Kondisi trauma yang dirasakan sebelum diberikan *terapi healing the mind* yang terdiri dari 3 sub tema (2) Kondisi Trauma yang Dirasakan Sebelum Diberikan *Terapi Healing The Mind* yang terdiri dari 1 sub tema (3) Efektifitas terapi *Healing The Mind* yang terdiri dari 4 sub tema. Kesimpulan Partisipan berjumlah empat orang menyatakan perasaan yang dialami setiap partisipan berbeda setelah peristiwa kekerasan seksual. Terapi penyembuhan pikiran (*healing the mind*) memiliki kemampuan untuk mengungkapkan emosi yang tidak dapat diungkapkan, mengurangi tingkat trauma, dan menimbulkan rasa tenang pada individu.

### Healing The Mind Therapy To Traumatic Conditions In Children And Adolescent Victims Of Sexual Violence

### Abstract

Sexual violence against children continues to be a serious threat. The most urgent impact of sexual violence is that children will have deep trauma that can disrupt growth and development. Children are vulnerable to experiencing post-traumatic stress disorder (PTSD) which is characterized by the desire to commit suicide, increased anxiety, restlessness, worry about the future, and the desire to become a perpetrator of sexual violence in the future. One of the non-pharmacological treatments for victims of sexual violence who have experienced trauma is *Healing the Mind* therapy with a research innovation that combines art therapy and spirituality. Objective research analyze the effect of *Healing The Mind* therapy in overcoming trauma in children and adolescents who have experienced sexual violence. Method this research is a type of qualitative research that applies exploratory research methods by applying in-depth interview techniques. Data analysis using Collaizi. Results there are three main themes identified in this research, namely (1) Conditions of trauma felt before being given healing the mind therapy which consists of 3 sub themes (2) Conditions of trauma felt before being given *Healing The Mind* therapy which consists of 1 sub theme (3) Effectiveness of *Healing The Mind* therapy which consists of 4 sub themes. Conclusion four participants stated that the feelings experienced by each participant were different after the incident of sexual violence. *Healing the mind* therapy has the ability to reveal unexpressed emotions, reduce the level of trauma, and create a sense of calm in the individual.

## PENDAHULUAN

Kekerasan seksual terhadap anak dan remaja terus menjadi ancaman serius. Menurut data (UNICEF, 2022) di lebih dari sepertiga negara, sekitar 5% perempuan muda melaporkan menjadi korban kekerasan seksual saat masih anak-anak (BBC, 2021). Angka kekerasan seksual terhadap anak di Indonesia mengalami peningkatan yang signifikan. Menurut (BPS 2023) proporsi perempuan dan anak perempuan (umur 15-64 tahun) yang menjadi korban kekerasan fisik dan/atau seksual adalah sekitar 4,9%.

Provinsi Jawa Tengah (2022), tercatat kasus kekerasan seksual di Jawa Tengah juga mengalami peningkatan. Insiden kekerasan seksual terhadap anak usia 0 hingga 18 tahun terus meningkat antara tahun 2016 hingga 2021 dan hanya mengalami penurunan pada tahun 2019 (BPS Jawa Tengah, 2022). Di Kabupaten Purworejo jumlah korban kekerasan seksual pada tahun 2022 sebanyak 18 anak dengan rata-rata berusia 10 hingga 18 tahun, bahkan terdapat korban yang berusia dibawah 10 tahun (Sorot Purworejo, 2022). Sedangkan Pada tahun 2023 tepatnya sampai Januari-April, dilaporkan terdapat 4 anak korban kekerasan seksual dengan disertai gangguan psikis.

Dampak kekerasan seksual terhadap anak antara lain trauma emosional, ketakutan, rasa malu, kecemasan, bahkan pikiran untuk bunuh diri. Sedangkan dampak sosialnya meliputi sikap skeptis dari masyarakat, ketakutan dalam berinteraksi sosial, dan dampak lainnya (Octaviani & Nurwati, 2021). Semua dampak tersebut dapat mengganggu tumbuh kembang anak, menimbulkan trauma yang mendalam hingga rentan terkena stress bahkan berisiko bunuh diri (Ligina et al., 2018). Anak juga lebih memilih merahasiakan kejadian yang dialaminya karena mereka takut akan ancaman yang diberikan pelaku dan juga takut dengan dampak yang diterima jika mereka melaporkan hal tersebut. Anak merasa malu untuk menceritakan peristiwa tersebut dan menganggap hal itu terjadi karena kesalahannya. Mereka menganggap peristiwa yang menyimpannya akan mempermalukan keluarganya. Salah satu jenis gangguan kecemasan yang dapat berkembang setelah pengalaman traumatis adalah gangguan stress pascatrauma (PTSD), meskipun tidak semua orang yang mengalami peristiwa traumatis akan mengalami PTSD (Kurniawan et al., 2019; Octaviani & Nurwati, 2021).

Selain diberikan perawatan farmakologis dapat juga diberikan perawatan non farmakologis seperti halnya terapi *Healing the Mind*. Terapi *healing the mind* difokuskan untuk mencari solusi agar korban dapat keluar dari masalah yang dialaminya (Rahmah et al.,

2021). Terapi tersebut menggabungkan *art therapy* dan spiritual yang dapat memfokuskan pada penyembuhan trauma yang dialami korban.

Dari Fakta lapangan yang ditemukan peneliti di Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak serta Pemberdayaan Masyarakat dan Desa (DPPAPM) Kab. Purworejo belum diberikan terapi psikis seperti *art therapy* atau terapi lainnya pada korban kekerasan seksual terutama anak. Namun sudah dilakukan Pendidikan Kesehatan maupun pendampingan sampai ke perlindungan ke ranah hukum koordinasi dengan Dinas Sosial. Berdasarkan beberapa fenomena kekerasan seksual pada anak diatas yang mengakibatkan anak mengalami trauma, oleh karena itu penulis tertarik untuk inovasi peneliti menggabungkan *art therapy* dan spiritual yang memfokuskan pada penyembuhan trauma yang dialami korban.

## METODE

Metode yang diterapkan dalam penelitian ini adalah *exploratory research*. Penelitian ini menggunakan data berbasis kualitatif, sehingga teknik pengumpulan data yang digunakan mencakup wawancara mendalam, observasi, dan pemberian terapi *healing the mind*. *Healing the mind* diberikan terapi art yang dikombinasi dengan murrotal Al-Qur'an selama dua minggu dengan jadwal satu minggu satu kali pertemuan dengan 2 tema, dan satu tema berdurasi 30 menit, Penelitian dilaksanakan pada bulan Juli 2023 di Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Anak serta Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa Kabupaten Purworejo. Metode pengumpulan data yang digunakan meliputi wawancara mendalam. Validitas data wawancara diperiksa berdasarkan empat prinsip, yaitu reliabilitas (*credibility*), dapat dipercaya (*dependability*), konfirmabilitas (*confirmability*), dan transferabilitas (*transferability*). Analisis data dilakukan dengan metode Collaizi yang meliputi langkah-langkah seperti mencatat hasil wawancara, mengidentifikasi kata kunci, mengelompokkan kata kunci ke dalam kategori dan tema, serta membuat deskripsi hasil penelitian secara menyeluruh.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Dalam penelitian ini, ditemukan tiga tema utama, yakni: (1) Kondisi Trauma yang Dirasakan Sebelum *Terapi Healing The Mind* yang terdiri dari 3 sub tema: perasaan yang timbul akibat kekerasan seksual, tanggapan partisipan terhadap kekerasan seksual yang mereka alami, dampak kekerasan seksual terhadap

prestasi akademis, (2) Kondisi Trauma yang Dirasakan Sebelum Diberikan *Terapi Healing The Mind* yang terdiri dari 1 sub tema: perasaan yang timbul setelah melakukan terapi, (3) Efektifitas terapi *Healing The Mind* yang terdiri dari 4 sub tema: efektifitas terapi *Healing The Mind* dalam mengungkapkan perasaan, efektifitas terapi *Healing The Mind* dalam menurunkan trauma yang dirasakan partisipan, efektifitas terapi *Healing The Mind* dalam menurunkan tingkat trauma seseorang, efektifitas terapi murottal dalam ketenangan diri korban.

#### a. Kondisi Trauma yang Dirasakan Sebelum Diberikan *Terapi Healing The Mind*

Dari hasil penelitian terdapat 4 partisipan yang dianggap sesuai terhadap obyek masalah dan mengalami kondisi traumatik paska mengalami kekerasan seksual dan telah melalui saturasi data dimana tidak ada lagi informasi yang baru yang dapat diperoleh yang ditunjukkan pada Tabel 1.

**Tabel 1. Karakteristik Partisipan Penelitian**

Kode partisipan	Jk	Umur
P 1	Perempuan	16 Tahun
P 2	Perempuan	20 Tahun
p 3	Perempuan	16 Tahun
p 4	Perempuan	15 Tahun

Hasil wawancara langsung digunakan untuk menggali informasi tiga sub tema diatas, termasuk perasaan yang muncul akibat kekerasan seksual, respons terhadap kekerasan seksual, dampaknya terhadap prestasi akademis, tanggapan orang-orang disekitarnya, harapan partisipan dan perasaan partisipan setelah mengikuti terapi.

Hasil wawancara juga mengindikasikan beragam cara partisipan dalam merasakan dampak kekerasan seksual, seperti yang tercantum di bawah ini:

##### Kutipan 1

*“Merasa bahwa diri sendiri tidak berharga, merasa takut, stress, sulit untuk fokus, sedih terus menerus hingga sulit mendefinisikan/merasakan kebahagiaan”.*

(P1, 14 Juli 2023)

##### Kutipan 2

*“Ingin bunuh diri dalam waktu itu juga. Namun saya berusaha untuk sharing ke temen saya sebagai Duta Genre sekolah, kemudian dia mengarahkan untuk ke BKKBN atau Dinsos setempat”.*

(P2, 14 Juli 2023)

Hasil wawancara menunjukkan bahwa reaksi partisipan terhadap pengalaman kekerasan seksualnya menimbulkan trauma yang tak terlupakan, seperti yang dijelaskan dalam kutipan berikut:

##### Kutipan 1

*“Kejadian ini tentunya sangat tidak bisa untuk dilupakan. Namun setelah saya mengalami kejadian tersebut, saya harus tetap semangat menjalani hidup, saya mencoba untuk menerima hal buruk meskipun hal itu tidak mudah”.*

(P1, 14 Juli

2023)

##### Kutipan 2

*“Sulit untuk dipercaya. Pernah takut untuk keluar rumah selama 1 minggu. Rasanya malu, marah pada diri sendiri, benci kenapa harus terjadi pada saya. Tetapi aku anak hebat, anak kuat, harus bisa diterima”.*

(P4, 14 Juli 2023)

Dari hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa sebagian partisipan mengalami penurunan prestasi akademis, sedangkan sebagian partisipan lainnya tidak mengalami perubahan prestasi akademis yang signifikan, sebagaimana diuraikan di bawah ini:

##### Kutipan 1

*“Prestasi akademis saya pada saat SMP mengalami penurunan karena pada saat itu saya merasa stress, namun Ketika SMA lebih meningkat karena saya lebih menata hidup saya”.*

(P1, 14 Juli 2023)

##### Kutipan 2

*“Tidak terlalu berpengaruh, namun berpengaruh ke perilaku saya menjadi emosian, susah diatur dan pernah delusi ingin mencelakai orang lain namun sekarang alhamdulillah sudah berkurang rasa itu”.*

(P2, 14 Juli 2023)

##### Kutipan 3

*“Iya, setelah kejadian itu prestasi saya jadi anjlok/menurun”.*

(P3, 14 Juli 2023)

#### b. Kondisi Traumatik Setelah Diberikan *Terapi Healing The Mind*

Hasil wawancara menghasilkan subtema yaitu adanya partisipan yang merasa lebih tenang dan senang setelah melakukan terapi namun terdapat partisipan yang merasa kurang efektif dikarenakan ia tidak begitu suka menggambar:

##### Kutipan 1

*“Saya merasa lebih tenang dan senang”.*

(P1, 14 Juli 2023)

Kutipan 2

*"Pastinya lebih lega dan tenang. Semua beban yang dipendam akhirnya dikeluarkan lewat terapi ini"*

(P4, 14 Juli 2023)

### C. Efektifitas terapi *Healing The Mind*

Hasil wawancara tatap muka juga dipergunakan untuk mengumpulkan informasi terkait 4 sub tema: mengenai efektifitas terapi *Healing The Mind* dalam mengungkapkan perasaan, efektifitas terapi *Healing The Mind* dalam menurunkan trauma yang dirasakan partisipan, efektifitas terapi *Healing The Mind* dalam menurunkan tingkat trauma seseorang, efektifitas terapi murottal dalam ketenangan diri partisipan dan dan perasaan partisipan setelah mengikuti terapi *Healing The Mind*.

Berdasarkan hasil wawancara didapatkan bahwa terapi *Healing The Mind* dapat membantu partisipan dalam mengungkapkan perasaan yang selama dipendam dan sulit diungkapkan, hal tersebut disampaikan berikut ini:

Kutipan 1

*"Iya, karena saya dapat menggambarkan sesuatu yang saya sulit ungkapkan selama ini"*.

(P1, 21 Juli 2023)

Kutipan 2

*"Dapat membantu sekali"*.

(P2, 21 Juli 2023)

Berdasarkan hasil wawancara setelah diberikan terapi *healing the mind* didapatkan bahwa terapi menggambar dan terapi murottal dapat menurunkan trauma dan dapat mengungkapkan perasaan lewat terapi menggambar, tetapi terdapat partisipan yang merasa terapi menggambar tidak efektif dikarenakan ia tidak begitu menyukai menggambar, hal tersebut disampaikan berikut ini:

Kutipan 1

*"Iya, karena beban saya/ hal yang saya alami dapat terasa lebih ringan. Banyak hal-hal yang tidak dapat disalurkan melalui kata-kata dapat disalurkan melalui gambar/menggambar"*.

(P1, 21 Juli 2023)

Kutipan 2

*"Kalau tipe saya hal yang menekan trauma adalah action dengan suatu hal yang saya senang. Terapi murottal sendiri sangat efektif namun terapi menggambar saya tidak terlalu suka"*.

(P2, 21 Juli 2023)

Berdasarkan hasil wawancara secara langsung didapatkan bahwa terapi *Healing The Mind* efektif dalam menurunkan tingkat trauma dan mampu

membantu partisipan dalam mengungkapkan isi hatinya serta partisipan merasa lebih tenang, ini dijelaskan lebih lanjut sebagai berikut:

Kutipan 1

*"Iya, terapi ini sangat berguna dengan melakukan hal ini seseorang dapat mengungkapkan isi hatinya yang sulit disampaikan melalui kata-kata. Terapi ini juga dapat menambahkan kreatifitas tentunya, banyak hal positif yang didapat dari hal ini"*.

(P1, 21 Juli 2023)

Kutipan 2

*"Efektif karena saya jauh lebih tenang"*.

(P4, 21 Juli 2023)

Berdasarkan hasil wawancara langsung didapatkan bahwa terapi murottal mampu menenangkan hati partisipan, ini dijelaskan lebih lanjut sebagai berikut:

Kutipan 1

*"Iya, suara bacaan Al-Qur'an membuat keadaan hati tenang dan nyaman dan juga kita dapat senantiasa mengingat Allah SWT"*.

(P1, 21 Juli 2023)

Kutipan 2

*"Dapat sekali, karena membantu individu untuk berlatih mindfulness"*.

(P2, 21 Juli 2023)

Kutipan 3

*"Sangat memberikan ketenangan"*.

(P3, 21 Juli 2023)

Kutipan 4

*"Perasaan saya jauh lebih baik dan lebih tenang. Semua yang mengganjal dihati dapat tersalurkan. Pikiran juga menjadi lebih tenang. Saya juga dapat merasakan banyak hal-hal positif"*.

(P4, 21 Juli 2023)

Berdasarkan hasil wawancara langsung didapatkan bahwa partisipan merasa lebih tenang, lega, dan mampu menurunkan rasa traumanya, ini dijelaskan lebih lanjut sebagai berikut:

Kutipan 1

*"Perasaan saya jauh lebih baik dan lebih tenang. Semua yang mengganjal dihati dapat tersalurkan. Pikiran juga menjadi lebih tenang. Saya juga dapat merasakan banyak hal-hal positif"*.

(P1, 21 Juli 2023)

Kutipan 2

*"Cukup lega"*.

(R2, 21 Juli 2023)

Kutipan 3

*"Dapat menurunkan rasa trauma"*.

(P3, 21 Juli 2023)

Hasil wawancara menunjukkan bahwa ada partisipan yang berbagi pengalamannya tentang kejadian tersebut kepada orang lain, dan reaksi orang lain juga beragam. Di sisi lain, beberapa peserta memilih untuk tidak membicarakan kejadian tersebut dan merahasiakannya, seperti dijelaskan di bawah ini:

Kutipan 1

*"Tidak, saat kejadian itu masih saya pendam dalam diri"*

(P3, 14 Juli 2023)

Kutipan 2

*"Ya, saya bercerita dengan beberapa teman saya. Tanggapan mereka marah, tidak percaya, dan sedih. Saya selalu bersyukur teman saya sangat peduli dengan saya"*

(P4, 14 Juli 2023)

Berdasarkan hasil wawancara didapatkan bahwa partisipan memiliki harapan bagi kehidupannya agar lebih baik dari sebelumnya, hal tersebut disampaikan berikut ini:

Kutipan 1

*"Semoga segala sesuatu yang baik/ hal baik segera datang ke kehidupan saya"*

(P1, 14 Juli 2023)

Kutipan 2

*"Agar menjadi hal lebih baik untuk melupakan masa lalu"*

(P3, 14 Juli 2023)

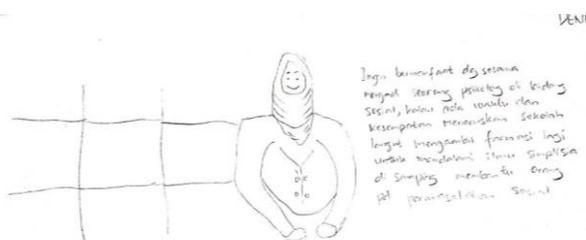
Kutipan 3

*"Semoga dengan terapi menggambar dan terapi murottal saya lebih baik dan percaya diri dari sebelumnya"*

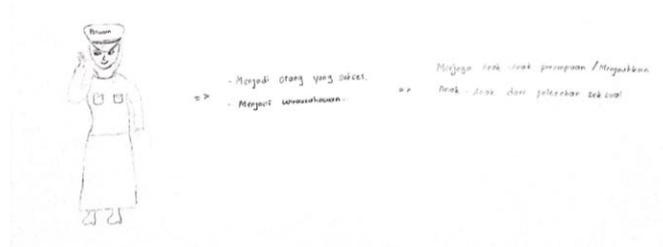
(P4, 14 Juli 2023)

Selain itu partisipan menyatakan harapan dan impiannya ada yang ingin menjadi Polwan untuk melindungi anak korban kekerasan seksual, ada yang ingin bisa kuliah, wisuda dan menghasilkan uang, ada yang ingin menjadi psikolog yang bermanfaat untuk membantu masalah-masalah psikologis pada anak-anak korban kekerasan seksual seperti ditunjukkan pada Gambar 1-Gambar 4.

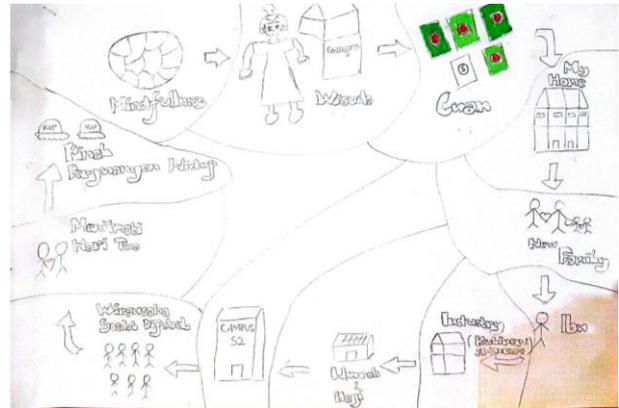
Gambar 1. Harapan P1



Gambar 2. Harapan P2



Gambar 3. Harapan P3

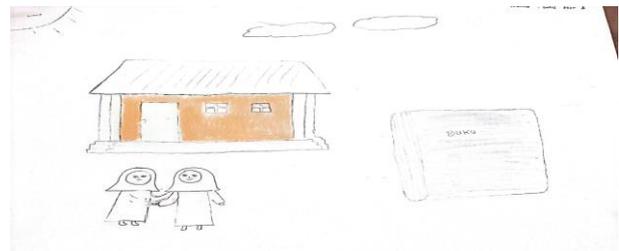


Gambar 4. Harapan P4

Keluarga, teman terdekat, merupakan lingkungan yang nyaman yang membuat partisipan lebih merasa terlindungi sehingga peran lingkungan keluarga juga menjadi penting untuk penyembuhan traumatik anak dan remaja yang menjadi korban kekerasan seksual dan membuat mereka bahagia seperti ditunjukkan pada Gambar 5-Gambar 8.



Gambar 5. P1



Gambar 6. P2



Gambar 7. P3



Gambar 8. P4

## Pembahasan

Terapi *healing the mind* dalam penelitian ini dilakukan selama 2 kali pertemuan dan setiap pertemuan terdiri dari 2 tema gambar dimana masing-masing temanya berdurasi 30 menit jadi total 60 menit intervensi dalam setiap kali pertemuan. Dalam satu pertemuan peneliti membutuhkan waktu 1 jam untuk memberikan terapi menggambar yang diiringi dengan terapi murrotal Al Qur'an. Pertemuan pertama dalam penelitian ini dilakukan pada 14 Juli 2023 dan pertemuan kedua dilakukan pada 21 Juli 2023. Hasil wawancara yang dilakukan menunjukkan bahwa partisipan yang mengalami kekerasan seksual jelas mengalami trauma yang terlihat dari perubahan sikap dan perilakunya setelah mengalami kejadian tersebut. Beberapa partisipan merasa kehilangan arah, putus asa, dan bahkan ingin mengakhiri hidup. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya (Kurniasari, 2019) yang menyatakan bahwa pengalaman kekerasan yang dialami seseorang dapat menimbulkan kerusakan psikologis yang mempengaruhi kehidupannya di masa depan.

Dua dari empat partisipan mengungkapkan bahwa pelaku kekerasan seksual yang dialaminya

adalah seorang kerabat sehingga menimbulkan kerusakan psikologis yang berkepanjangan sepanjang hidupnya. Kekerasan seksual dapat digolongkan menjadi dua jenis, sebagaimana disebutkan dalam penelitian sebelumnya (Ligina et al., 2018) yaitu kekerasan dalam keluarga (*Familial Abuse*) dan kekerasan diluar lingkup keluarga (*Extrafamilial Abuse*). Kekerasan dalam keluarga adalah kasus kekerasan seksual yang melibatkan hubungan kekerabatan antara korban dan pelaku, misalnya hubungan ayah tiri atau pengasuh. Pelecehan diluar keluarga mengacu pada kekerasan yang dilakukan oleh individu yang bukan anggota keluarga inti.

Reaksi setiap partisipan terhadap peristiwa yang dialami saat wawancara berbeda-beda. Dua dari empat partisipan mengatakan kejadian tersebut tidak dapat dilupakan dan sulit dipercaya, sementara partisipan lainnya menceritakan mengalami trauma psikologis yang parah. Dampak dari peristiwa tersebut juga mencakup dampak terhadap prestasi akademik partisipan, dimana seluruh partisipan melaporkan bahwa mereka mengalami penurunan prestasi akademik. Pada titik ini partisipan merasa lebih tenang dan lega karena mampu meluapkan emosi yang dipendamnya.

Setelah dilakukan terapi menggambar yang dikombinasikan dengan terapi murrotal Al Qur'an selama 2x60 menit partisipan mampu menyalurkan perasaan yang sulit diungkapkannya melalui gambar yang mengandung makna disetiap gambarnya. Hal tersebut disampaikan dalam penelitian (Yuniarahmah et al., 2022) yang menyatakan bahwa menggambar membantu anak-anak mengatasi kesulitan ketika berbicara dengan orang asing tentang pengalaman traumatis.

Lantunan ayat suci Al-Qur'an yang diperdengarkan selama proses terapi mampu memberikan ketenangan dalam diri partisipan. Hal tersebut sesuai dengan penelitian (Budiyarti & Makiah, 2018) yang menyatakan bahwa murottal Al-Qur'an memadukan unsur meditasi, sugesti, dan relaksasi yang mampu memunculkan perasaan tenang. Hal ini dapat menimbulkan reaksi positif dan berpotensi menimbulkan persepsi positif.

Berdasarkan wawancara mendalam menyatakan bahwa terapi menggambar dan terapi murottal (*healing the mind*) mampu menenangkan hati dan pikiran, mampu menyalurkan perasaan partisipan yang selama ini sulit diungkapkan, efektif dalam menurunkan tingkat trauma yang dirasakan oleh seseorang serta mampu menenangkan diri pada individu.

Menurut Riset yang berjudul “Nilai-nilai Sufistik dalam Proses Terapi Pikiran MHT (*Mind Healing Technique*)”, terapi ini menjadi fenomena yang menarik karena terapi ini menggunakan pikiran dalam penyembuhan penyakit baik fisik maupun psikis dengan pengaplikasian yang sederhana (Fadilah, 2021). Dengan penelitian tersebut terbukti dapat menyembuhkan berbagai penyakit baik fisik maupun psikis, ditambah dengan gabungan *art therapy* dan terapi murottal dalam metode penyembuhannya.

Rumakamar et al (2022) menunjukkan bahwa *art therapy* menggunakan ekspresi kreativitas sebagai wadah yang aman bagi anak untuk mengekspresikan pikiran dan emosi serta memfasilitasi pemulihan tekanan psikologis. Penelitian yang dilakukan mengkaji efektifitas *art therapy* sebagai cara untuk mengobati anak yang mengalami trauma seperti kekerasan fisik, pelecehan seksual, dan kesedihan. Pada penelitian ini terbukti dapat mengobati anak yang mengalami trauma. Sedangkan terapi murottal mempunyai dua aspek utama yang mempunyai irama merdu yang menginspirasi dan dapat memberikan motivasi untuk menghadapi situasi yang dihadapi.

## SIMPULAN

Dalam penelitian ini, empat partisipan dianggap relevan dengan masalah penelitian. Seluruh partisipan mampu menggambarkan berbagai perasaan yang mereka alami setelah mengalami kekerasan seksual. Sebagian besar partisipan mengungkapkan rasa takut, stress, sedih, perasaan putus asa, kesulitan melakukan aktivitas sehari-hari (kurang motivasi), bahkan pikiran untuk mengakhiri hidup. Mayoritas pelaku kekerasan seksual adalah orang-orang yang dekat atau dikenal dengan pelaku.

Terapi *Healing The Mind* dapat membantu partisipan dalam mengungkapkan perasaan yang selama ini dirasakan. Terapi *Healing The Mind* mampu menurunkan perasaan trauma yang dialami partisipan. Terapi Murottal mampu memberikan ketenangan dalam diri partisipan. Setelah dilakukan terapi partisipan merasakan ketenangan, perasaan lega karena semua beban yang dipendam, akhirnya tersalurkan serta bahagia.

## DAFTAR PUSTAKA

BBC. (2021). *Perempuan di dunia banyak mengalami kekerasan fisik dan seksual: Satu dari tiga perempuan jadi korban, ungkap studi WHO*. <https://www.bbc.com/indonesia/dunia-56342562>.

BPS. (2023). *Proporsi Perempuan Dewasa dan Anak Perempuan (Umur 15-64 Tahun) Mengalami*

*Kekerasan (Fisik, Seksual, Atau Emosional) Oleh Pasangan atau Mantan Pasangan dalam 12 Bulan Terakhir Menurut jenis Kekerasan*. BPS. [https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view\\_data/0000/data/1378/sdgs\\_5/1](https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view_data/0000/data/1378/sdgs_5/1).

BPS Jawa Tengah. (2022). *Jumlah Kekerasan Berdasarkan Jenis Kekerasan yang Dialami oleh Anak (Usia 0-18 Tahun) Korban Kekerasan di Provinsi Jawa Tengah, 2016-2021*. BPS Jawa Tengah. <https://jateng.bps.go.id/statictable/2021/04/09/2232/jumlah-kekerasan-berdasarkan-jenis-kekerasan-yang-dialami-oleh-anak-usia-0-18-tahun-korban-kekerasan-di-provinsi-jawa-tengah-2016-2021.html>.

BPS Jawa Tengah. (2023). *Jumlah Kekerasan berdasarkan Jenis Kekerasan yang Dialami Oleh Perempuan (Usia 18+ Tahun) Korban Kekerasan di Provinsi Jawa Tengah 2018-2020*. BPS Jawa Tengah. <https://jateng.bps.go.id/indikator/30/492/1/jumlah-kekerasan-berdasarkan-jenis-kekerasan-yang-dialami-oleh-perempuan-usia-18-tahun-korban-kekerasan-di-provinsi-jawa-tengah.html>.

Budiyarti, Y., & Makiah. (2018). Pengaruh Terapi Murottal Al Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primagravida Trimester III Di Wilayah Puskesmas Pekauman. *Jurnal Citra Keperawatan*, 6(2), 89–99. <https://doi.org/10.31964/jck.v6i2.88>.

Fadilah, R. (2021). Nilai-nilai Sufistik dalam Proses Terapi Pikiran MHT (*Mind Healing Technique*). *Jurnal Riset Agama*, 1(3), 264–275. <https://doi.org/10.15575/jra.v1i3.15592>.

Kompas.com. (2022). *KemenPPPA: 797 Anak Jadi Korban Kekerasan Seksual Sepanjang Januari 2022*. Kompas.com. <https://nasional.kompas.com/read/2022/03/04/17062911/kemenpppa-797-anak-jadi-korbankekerasan-seksual-sepanjang-januari-2022>.

Kurniasari, A. (2019). Dampak Kekerasan Pada Kepribadian Anak. *Sosio informa*, 5(1), 15–24. <https://doi.org/10.33007/inf.v5i1.1594>.

Kurniawan, R. A., Nunung Nurwati, R., & Krisnani, H. (2019). Kekerasan Seksual 1 Program. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 21–32. <https://doi.org/10.24198/jppm.v6i1.21801>.

Ligina, N. L., Mardhiyah, A., & Nurhidayah, I. (2018). Peran Orang Tua Dalam Pencegahan Kekerasan Seksual Pada Anak Sekolah Dasar Di Kota Bandung. *Jurnal Keperawatan*, 9(2), 109–118. <https://doi.org/10.22219/jk.v9i2.5454>.

Octaviani, F., & Nurwati, N. (2021). Analisis Faktor Dan Dampak Kekerasan Seksual Pada Anak. *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial “Humanitas” Fisip Unpas*, 3(2), 56–60. <https://journal.unpas.ac.id/index.php/humanitas/article/download/4118/1920/>.

Rahmah, V. M., Arifah, I. M., & Widyastuti, C. (2021). Penanganan Kondisi Traumatik Anak Korban Kekerasan Seksual Menggunakan Art Therapy:

Sebuah Kajian Literatur Handling of Traumatic Conditions of Child Victims of Sexual Violence Using Art Therapy: a Literature Review. *Counselling Research and Applications*, 1(1), 1–12. <https://doi.org/10.59027/aiccra.v1i1.83>.

Rumakamar, H., Taqiyah, Y., & Alam, R. I. (2022). Pengaruh Terapi Murottal Al- Qur ' an Surah Ar - Rahman terhadap Kecemasan Hospitalisasi Pada Anak. *Window of Nursing Journal*, 03(01), 83–90. <https://doi.org/10.33096/won.v3i1.361>.

Rusyda, H. A., Lasmi, A. D., Khairunnisa, S., & Wiguna, V. V. (2021). Posttrauma Stress Disorder Kepada Anak. *Jurnal Syntax Fusion*, 1(10), 578–587. <https://doi.org/10.54543/fusion.v1i10.83>.

Sorot Purworejo. (2022). *Belasan Anak di Purworejo Mengakami Kekerasan Seksual*. Sorot Purworejo. <https://purworejo.sorot.co/berita-12329--belasan-anak-di-purworejo-mengalami-kekerasan-seksual.html>.

UNICEF. (2022). *Sexual Violence*. UNICEF. <https://data.unicef.org/topic/childprotection/violence/sexual-violence/>.

Yuniarahmah, D., Amalia, A. R., Angraini, A. D., Herlambang, A. N., Partiwi, A. I., H, A. N. R., D, A. D. R., Faudah, E. S., Fatmawati, Nikmah, I. Z., Iraningrum, I. A., Safitri, A., Wibisana, D., Azmi, D., Siringoringo, J. R., & Sianturi, R. (2022). Pencegahan Dan Penanganan Alternative Terapi Pada Anak Yang Mengalami Kekerasan Seksual. *Buletin Kesehatan*, 6(1), 60–86. <https://doi.org/10.36971/keperawatan.v6i1.112>.