

PENERAPAN *EYE MOVEMENT DESENSITISATION AND PREPROCESSING* (EMDR) TERHADAP MEKANISME KOPING DIRI PADA ANAK DENGAN KORBAN KEKERASAN SEKSUAL

Nindiya Adiati ¹, Tri Sakti Widyarningsih ²

Nindiyaadiati08@gmail.com ¹, Imoet.sakti@gmail.com ²

Universitas Widya Husada Semarang

ABSTRAK

Latar Belakang : upaya untuk menangani dampak kekerasan seksual pada anak salah satunya dengan konseling. Dalam penelitian saya konseling yang saya pakai yaitu terapi EMDR. EMDR merupakan terapi menggunakan gerakan bola mata sekitar 15 menit dengan meningkatkan keyakinan positif yang dimiliki responden

Metode : menggunakan desain penelitian *pra-eksperimental*, rancangan pra-pascates dalam satu kelompok *one-group pre-post test design* yaitu menggunakan hubungan atau pengaruh sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek

Hasil : penelitian ini sudah dilakukan selama 6 hari dengan empat responden. Selama penelitian di dapatkan hasil bahwa mekanisme koping responden semuanya mengalami peningkatan, dari yang sebelumnya mal adaptif menjadi adaptif, menggunakan kuesioner dari Lazarus yang menggunakan 16 pertanyaan

Kesimpulan : terapi EMDR sangat efektif dalam meningkatkan mekanisme koping diri korban kekerasan seksual anak.

Kata Kunci : Anak, Kekerasan seksual, Terapi EMDR

Daftar Pustaka : 21 literatur (2013- 2021)

APPLICATION OF *EYE MOVEMENT DESENSITISATION AND PREPROCESSING* (EMDR) TO SELF-COUPLING MECHANISMS IN CHILDREN WITH VICTIMS OF SEXUAL VIOLENCE

ABSTRACT

One of the efforts to deal with the impact of sexual violence on children is through counseling. In my research, the counseling that I use is EMDR therapy. EMDR is a therapy using eyeball movements for about 15 minutes by increasing the positive beliefs that respondents have

Methods: using pre-experimental research design, pre-posttest design in one group one-group pre-post test design that uses causal relationships or effects by involving one group of subjects

Result : this research has been conducted for 6 days with four respondents. During the study, it was found that the respondent's coping mechanisms all experienced an increase, from the previously mal adaptive to adaptive, using a questionnaire from Lazarus which used 16 questions.

Conclusion: EMDR therapy is very effective in improving the self-coping mechanism of victims of child sexual abuse.

Keywords: Children, Sexual Violence, EMDR Therapy

Bibliography : 21 literatures (2013-2021)

PENDAHULUAN

Hasil penelitian jurnal dari Mulyana, 2018 yang berjudul Penanganan Anak Korban Kekerasan, pelanggaran terhadap hak anak setiap saat mengalami peningkatan. Semakin meningkatnya kasus kekerasan terhadap anak harus menjadi perhatian bagi semua pihak. Pengabaian terhadap kasus-kasus kekerasan terhadap anak-anak tersebut merupakan pengabaian terhadap hak-hak anak. Data dari Komisi Nasional Perlindungan Anak, menunjukkan bahwa Indonesia berada pada posisi darurat kekerasan terhadap anak dalam lima tahun terakhir 2010-2015. Kekerasan seksual terhadap anak menurut *End Child Prostitution In Asia Tourism (ECPAT)* Internasional merupakan interaksi antara seorang anak dan seorang yang lebih tua atau anak yang lebih banyak nalar atau orang dewasa seperti orang asing, saudara sekandung atau orang tua dimana anak. Berdasarkan jurnal Dewi tahun 2015 yang berjudul prevalensi bentuk kekerasan terhadap anak di sekolah menengah kejuruan di kota Semarang memberikan dampak psikologis pada anak yang mengalami kekerasan seksual selain rasa takut, menurunnya semangat belajar serta rasa tidak nyaman bahkan depresi. Dampak psikologis dibagi menjadi dua, yaitu dampak psikologis ringan dan berat. Anak dikatakan sebagai dampak psikologis ringan jika anak lebih menyukai kesendirian, pendiam, sedangkan depresi berat jika anak sudah melakukan bunuh diri (dewi, 2015).

Upaya mengatasi dampak trauma pada korban kekerasan seksual anak ini akan dilakukan konseling. Konseling yang digunakan yaitu terapi EMDR. EMDR merupakan strategi untuk membantu menangani kecemasan, gejala kompulsif, dan kondisi suasana hati pasca trauma. Penelitian tersebut kiranya cukup membuktikan bahwa EMDR memiliki potensi untuk membantu mereduksi dampak psikologis kekerasan pada anak. EMDR (Lathifah, 2016).

Eye Movement Desensitisation and Reprocessing (EMDR) adalah terapi yang menggunakan gerakan bola mata bolak-balik secara volunter untuk mengurangi kecemasan yang berhubungan dengan pikiran yang mengganggu pasien PTSD. Terapi ini difokuskan pada gambaran trauma serta pikiran dan respon afektif negatif yang ditimbulkan oleh trauma (Saniti, 2019).

Tabel 1. Karakteristik partisipan berdasarkan umur, nama Bulan Agustus Tahun 2021

NO	Nama	Kode	Umur
1.	Ny. S	P1	19 thn
2.	Ny. I	P2	19 thn
3.	Ny. N	P3	16 thn
4.	Ny. R	P4	40 thn

Sumber: hasil penelitian

METODE PENELITIAN

Desain studi kasus ini adalah menggunakan desain penelitian *pra-eksperimental*, rancangan pra-pascates dalam satu kelompok *one-grup pra-post test design* yaitu menggunakan hubungan atau pengaruh sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek. Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah intervensi (Nursalam, 2016)

yang sudah diketahui sebelumnya. Dalam penelitian ini jumlah partisipan ada 5.

Pengumpulan datanya dengan wawancara, observasi, studi dokumentasi dan *field note*. Analisis data dilakukan selama dan setelah penelitian dilakukan.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Tabel 2. Hasil skoring mekanisme koping pre dan post kepada responden 1,2,3 dan 4 di Semarang

Nama Responden	Data Fokus (Pre)	Data Fokus (Post)
Ny. D (19 tahun)	mal adaptif	Adaptif
	skore Ny.D 18	skore Ny.D 38
Ny. Z (19 tahun)	mal adaptif	Adaptif
	skore Ny. Z 20	skore Ny. Z 35
Ny.S (16 tahun)	mal adaptif	Adaptif
	skore Ny. S 21	skore Ny.S 33
Ny.L (20 tahun)	Mal adaptif	Adaptif
	skore Ny.L 22	skore Ny.L 35

Pada responden 1 diberikan intervensi pada tanggal 16 Agustus 2021 pada pukul 09.10 WIB, responden 1 keyakinan positif yang di yakini jika di skala kan 5. Peneliti memberikan terapi EMDR selama 4 kali dalam seminggu dengan durasi 15 menit dan menonton video terapi gerakan bola 2 menit.. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Lathifah, 2016, bahwa sebelum dilakukan intervensi teknik EMDR, terlebih dahulu di berikan kuesioner dan wawancara mengenai mekanisme koping responden selama ini, selanjutnya dilakukan terapi EMDR selama kurang lebih 2 menit menonton video gerakan bola. Hasil skoring mekanisme koping sebelum dilaukan terapi EMDR yaitu 18 yang artinya mal adaptif. Dilakukan evaluasi pada pukul 10.00 WIB, mengalami peningkatan mekanisme koping dengan skoring 38 berarti adaptif. Pada pernyataan ini menunjukkan bahwa setelah dilakukan terapi EMDR responden 1 mengalami peningkatan mekanisme koping dari mal adaptif menjadi adaptif dan peningkatan keyakinan positif.

Pada responden 2 dilakukan pemberian terapi EMDR pada tanggal 18 Agustus 2021, pada pukul 12.00 WIB. Terapi EMDR pada responden 2 dilakukan selama 15 menit dan menonton gerakan bola selama 2 menit. Ketika di wawancara sebelum dilakukan terapi EMDR, responden mengatakan bahwa merasa kalo mau tidur seperti ada tangan yang meraba area vital dan dada saya mbak. Jadi responden sering tidak bisa tidur nyenyak. Sakit kepala kalau ingat kejadian itu dan merasa lemas, skala positif yang diyakini saat itu 4. Hasil skoring mekanisme koping Ny.Z 20 yang artinya mal adaptif. Pada pukul 13.00 WIB dilakukan evaluasi, responden menyatakan bahwa mengalami peningkatan mekanisme koping keyakinan positifnya menjadi 5, tidur nyenyak, tangan-tangan bayangan itu mulai hilang perlahan kemudian saat di nilai mekanisme kopingnya setelah terapi EMDR yaitu 35 yang artinya adaptif.

Pada responden 3 dilakukan pemberian terapi EMDR pada tanggal 20 Agustus 2021, pada pukul 10.00 WIB. Terapi EMDR pada responden 3 dilakukan selama 15 menit dan menonton gerakan bola selama 2 menit. Ketika di

wawancara responden mengatakan lebih memilih diam dikamar, tidak PD ketika keluar rumah. Malu di lihat orang-orang, bosan, responden ingin sembuh, kemudian skala positif yang diyakini saat itu 4 dan nilai mekanisme kopingnya 21 yang artinya mal adaptif. Pada pukul 10.30 WIB dilakukan evaluasi, responden menyatakan lebih percaya diri dari sebelumnya saat berbicara dengan orang lain. Keyakinan untuk sembuh semakin kuat, yaitu di skala 5, kemudian saat di skoring nilai mekanisme kopingnya menjadi 33 yang artinya adaptif.

Pada responden 4 dilakukan pemberian terapi EMDR pada tanggal 20 Agustus 2021, pada pukul 18.00 WIB. Terapi EMDR pada responden 4 dilakukan selama 15 menit dan menonton gerakan bola selama 2 menit. Ketika di wawancara responden mengatakan kehidupannya saat ini kosong dan hina, susah tidur sampai sekarang, yakin semua akan kembali membaik. Keyakinan positif nya jika di skala kan 5, kemudian saat di skoring mekanisme kopingnya 22 yang artinya mal adaptif. Pada pukul 10.30 WIB dilakukan evaluasi, responden menyatakan tidurnya mulai enak, bisa lelap, lebih bisa berkonsentrasi dalam berfikir, yakin bisa sembuh ada di skala 7 dan mekanisme kopingnya menjadi adaptif, skore nya menjadi 35.

KESIMPULAN DAN SARAN

Terdapat 4 responden yang di berikan terapi EMDR dengan hasil ke empat nya dapat meningkatkan mekanisme koping, dengan keterbatasan saya tidak bisa bertemu langsung dengan responden serta belum terlalu menguasai memberikan terapi EMDR dengan baik dan benar sesuai SOP yang berlaku. Untuk anak korban kekerasan seksual dapat lebih belajar dan memahami teknik EMDR supaya lebih kooperatif ketika diberikan terapi, bagi universitas ini dapat menjadi referensi baru tentang kekerasan seksual dan terapi EMDDR.

DAFTAR PUSTAKA

- Mulyana, Nandang. 2018. Penanganan Anak Korban Kekerasan. <https://scholar.nandang.mulyana.jurnal>. Diakses pada tanggal 17 Agustus 2021 jam 19.12
- Dewi, Narulita. 2015. Kekerasan Terhadap Anak. https://eprints.undip.ac.id/46857/3.Astridena_narulita_Dewi. Diakses tanggal 25 Agustus 2021 jam 22:52
- Lathifah, M. (2016). eye movement desensitization and reprocezzing (EMDR) sebagai salah satu strategi mereduksi dampak kekerasan pada anak. *jurnal fakultas keguruan dan ilmu pendidikan*, 56-89.
- Nursalam. (2019). Kekerasan seksual Anak. <https://eprints.undip.ac.id/46857/3.nursalam>. Diakses tanggal 20 Agustus 2021 jam 22:52
- Lathifah, M. (2016). eye movement desensitization and reprocezzing (EMDR) sebagai salah satu strategi mereduksi dampak kekerasan pada anak. *jurnal fakultas keguruan dan ilmu pendidikan*, 56-89.
- Susanty, E. (2017). penanganan gejala traumatik dengan terapi EMDR Pada Narapidana wanita di lapas kelas IIA Bandung jawa barat. *jurnal ilmiah psikologi vol 8*, 1-15.
- Winingsih. (2021). EMDR counseling in resolving pos traumatic stress disorders. *jurnal ilmu keperawatan jiwa 4*, 215-228.

