



**MENGATASI TRAUMATIK PADA WANITA KORBAN PELECEHAN
SEKSUAL MELALUI PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE
BEHAVIOUR THERAPY***

Oleh
JESSI MARTINALOKA
NIM 201731005

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

2023



**MENGATASI TRAUMATIK PADA WANITA KORBAN PELECEHAN
SEKSUAL MELALUI PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE
BEHAVIOUR THERAPY***

SKRIPSI

**Diajukan kepada Universitas Muria Kudus untuk Memenuhi
Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Program studi Bimbingan Konseling**

Oleh

JESSI MARTINALOKA

NIM 201731005

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

2023

MOTO

Terapi merupakan perawatan terhadap aspek kejiwaan seseorang yang mengalami suatu gagasan ataupun penerapan teknik khusus pada penyembuhan penyakit mental dan kesulitan-kesulitan pada penyesuaian diri.

(Prof. Dr. Singgih D. Gunawan)

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapp syukur kepada Tuhan YME, kupersembahkan karya tugas akhir ini untuk orang-orang yang kusaayangi:

Bapak, dan Ibu, motivator terbesar dalam hidupku yang tak pernah bosan mendoakan dan menyayangiku, atas semua pengorbanan dan kesabaran mengantarku sampai kini.

Adik-adik tercinta yang tak henti juga untuk selalu membantu dan memberikan dorongan dari awal perkuliahan hingga akhir sampai tugas akhir ini tuntas.

Rekan-rekan seperjuangan yang selalu memberikan dorongan dan masukan untuk menyelesaikan tugas akhir ini.

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi oleh Jessi Martinaloka (NIM 201731005) ini telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Kudus, Februari 2023


Pembimbing I


Drs. Arista Kiswanto, M.Pd.
NIDN. 0611116401

Pembimbing II


Dr. Richma Hidayati, M.Pd.
NIDN. 0612028801

Mengetahui,
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Ketua Prodi


Drs. Arista Kiswanto, M.Pd.
NIDN. 0611116401



LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi oleh Jessi Martinaloka (NIM 201731005) ini telah dipertahankan di depan Tim Penguji sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Bimbingan dan Konseling.

Kudus, 10 Maret 2023

Tim Penguji

Drs. Arista Kiswanto, M.Pd
NIDN. 0611116401

Ketua

Dr. Richna Hidayati, M.Pd
NIDN. 0612028801

Anggota

Dr. Agung Slamet K., M.Pd., Kons.
NIDN. 0624068401

Anggota

Drs. Sucipto, M.Pd.,Kons.
NIDN.0629086302

Anggota

Mengetahui,
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Rekan,



Drs. Sucipto, M.Pd.,Kons.
NIDN.0629086302

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan YME yang telah memberikan rahmat-Nya, sehingga penyusunan skripsi yang berjudul “Mengatasi Traumatik pada Wanita Korban Pelecehan Seksual melalui Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*” dapat diselesaikan. Tujuan penyusunan skripsi ini adalah untuk memenuhi sebagai persyaratan guna mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan. Pada penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, pengarahan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih kepada:

1. Drs. Sucipto, M.Pd.Kons, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang memberikan petunjuk ijin penelitian dan memberikan kelancaran dalam penyusunan skripsi ini.
2. Drs. Arista Kiswanto, M.Pd. Ketua Progam Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus, serta dosen pembimbing I yang telah banyak membantu kelancaran dalam merumuskan judul penelitian, dan banyak memberikan bimbingan, arahan, saran serta dorongan sehingga tersusun proposal skripsi ini
3. Dr. Richma Hidayati, M.Pd. Dosen Pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, saran serta dorongan sehingga tersusun skripsi ini.
4. Bapak dan Ibu Dosen Pengampu Progam Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang membimbing penulis selama kuliah dan memberikan bekal pengetahuan.
5. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah mendorong dan memberikan bantuan sehingga dapat tersusun skripsi ini.

Penulis berharap semoga amal kebaikan Bapak/Ibu mendapat imbalan dari Tuhan Yang Maha Esa. Penulis menyadari dalam skripsi ini, masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat diharapkan.

Kudus, Februari 2023

Penyusun

Jessi Martinaloka

NIM 201731005



ABSTRACT

Martinaloka, Jessi. 2023. Overcoming Traumatic Women Victims of Sexual Harassment through a Rational Emotive Behavior Therapy Approach. Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Muria Kudus University. Advisors: (1) Drs. Arista Kiswanto, M.Pd. (2) Dr. Richma Hidayati, M.Pd.

Keywords: Traumatic to Female Victims of Sexual Harassment, Rational Emotive Behavior Therapy.

Victims of sexual harassment certainly experience stress and trauma. Because the perpetrators of sexual harassment are usually the closest relatives. The aims of this study were: (1) to describe the traumatic experiences of women victims of sexual harassment after using a rational emotive behavior therapy approach. (2) Describe the use of rational emotive behavior therapy approaches to overcome the trauma of women victims of sexual harassment.

Trauma is a condition where things from the past leave an impression and get trapped in the brain, causing a lot of suffering for the person who experienced the trauma. Sexual harassment is sexual activity that occurs through physical or non-physical contact with a person's genitals or sexuality. Perpetrators of sexual harassment are synonymous with whistling, flirting, uttering sexually suggestive words, showing pornographic material and showing sexual desire, poking or touching any part of the body, making sexual gestures. Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) is a psychotherapy based on the premise that people are born with the ability to think rationally and honestly, and not to think irrationally. People tend to look after themselves, to be happy, to think and speak, to love, to relate to others and to grow and self-actualize.

This research uses a case study qualitative research approach. Research was carried out in Kudus Regency in 2021/2022, with the counselee with the initials FS. Data collection techniques used are interview and observation techniques. The data analysis used is Bacon system data analysis.

The results of applying Rational Emotive Behavior Therapy to women victims of sexual harassment have a positive impact on reducing trauma. This is proven by the change that previously the counselee often daydreams and thinks negatively, the counselee has changed his negative thoughts with positive thoughts and prefers positive activities compared to daydreaming.

In this research, counselors should be able to apply the Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) approach properly so that counselees can overcome trauma as victims of sexual harassment.

ABSTRAK

Martinaloka, Jessi. 2023. *Mengatasi Traumatik pada Wanita Korban Pelecehan Seksual melalui Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy*. Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus. Pembimbing: (1) Drs. Arista Kiswanto, M.Pd. (2) Dr. Richma Hidayati, M.Pd.

Kata Kunci: *Traumatik pada Wanita Korban Pelecehan Seksual, Rational Emotive Behavior Therapy.*

Korban pelecehan seksual tentu mengalami stres dan trauma. Karena pelaku pelecehan seksual biasanya adalah kerabat terdekat. Tujuan dari penelitian ini adalah: (1) Mendeskripsikan pengalaman traumatis perempuan korban pelecehan seksual setelah menggunakan pendekatan terapi perilaku rasional emotif. (2) Mendeskripsikan penggunaan pendekatan terapi perilaku rasional emotif untuk mengatasi trauma perempuan korban pelecehan seksual.

Trauma adalah suatu kondisi dimana hal-hal dari masa lalu membekas dan terperangkap di otak sehingga menimbulkan banyak penderitaan bagi orang yang mengalami trauma tersebut. Pelecehan seksual adalah aktivitas seksual yang terjadi melalui kontak fisik atau non fisik dengan alat kelamin atau seksualitas seseorang. Pelaku pelecehan seksual identik dengan bersiul, bermain mata, melontarkan kata-kata berbau seksual, memperlihatkan materi pornografi dan menunjukkan hasrat seksual, mencolek atau menyentuh bagian tubuh mana pun, melakukan gestur seksual. *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah psikoterapi berdasarkan premis bahwa orang dilahirkan dengan kemampuan berpikir rasional dan jujur, dan tidak untuk berpikir irasional. Orang cenderung menjaga diri mereka sendiri, untuk menjadi bahagia, untuk berpikir dan berkata, untuk mencintai, untuk berhubungan dengan orang lain dan untuk tumbuh dan mengaktualisasikan diri.

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif studi kasus. Penelitian dilaksanakan di Kabupaten Kudus pada tahun 2021/2022, dengan konseli yang berinisial FS. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah teknik wawancara dan observasi. Analisis data yang digunakan adalah analisis data sistem *bacon*.

Hasil penerapan *Rational Emotive Behaviour Therapy* terhadap perempuan korban pelecehan seksual berdampak positif dalam mengurangi traumatik. Hal ini terbukti dengan adanya perubahan yang tadinya konseli sering melamun dan berpikir negatif, konseli sudah merubah pikiran negatifnya dengan pikiran positif dan lebih memilih aktivitas yang positif dibandingkan dengan melamun.

Penelitian ini hendaknya konselor dapat menerapkan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dengan baik sehingga konseli dapat mengatasi trauma sebagai korban pelecehan seksual.

DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL	i
LOGO	ii
JUDUL	iii
MOTO DAN PERSEMBAHAN	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING	v
PENGESAHAN PENGUJI	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRACT	ix
ABSTRAK	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiv
BAB I: PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Fokus dan Lokus Penelitian.....	4
1.3 Rumusan Masalah	5
1.4 Tujuan Penelitian.....	5
1.5 Manfaat Penelitian.....	5
1.6 Ruang Lingkup Penelitian	6
BAB II: KAJIAN PUSTAKA	
2.1 Kajian Pustaka	7
2.1.1 Trauma Korban Pelecehan Seksual.....	7
2.1.1.1 Pengertian Trauma Korban Pelecehan Seksual	7
2.1.1.2 Bentuk-Bentuk Trauma Korban Pelecehan Seksual.....	9
2.1.1.3 Gejala Orang yang Mengalami Trauma	10
2.1.1.4 Jenis-jenis Trauma	11

2.1.2 Pelecehan Seksual	13
2.1.2.1 Pengertian Pelecehan Seksual	13
2.1.2.2 Bentuk Pelecehan Seksual.....	15
2.1.2.3 Faktor-faktor yang Melatar belakangi Tindakan Pelecehan Seksual	16
2.1.2.4 Dampak Pelecehan Seksual.....	17
2.1.3 Pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> ..	18
2.1.3.1 Pengertian <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i>	18
2.1.3.2 Ciri-ciri Pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i>	20
2.1.3.3 Konsep Dasar Pendekatan REBT.....	21
2.1.3.4 Tujuan Pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i>	22
2.1.3.5 Teknik-teknik REBT.....	23
2.1.3.6 Tahap-tahap REBT.....	24
2.1.3.7 Peran dan Fungsi Konselor dalam Pendekatan REBT	26
2.1.3.8 Tahap Konseling dengan REBT.....	28
2.1.3.9 Alasan Penggunaan Pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> untuk Mengatasi Traumatik	30
2.1.4 Mengatasi Traumatik pada Wanita Korban Pelecehan Seksual melalui Pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i>	31
2.2 Penelitian yang Relevan	32
2.3 Kerangka Berpikir	33
BAB III: METODE PENELITIAN	
3.1 Rancangan Penelitian	35
3.2 Tahap Pelaksanaan Penelitian	36
3.3 Subjek Penelitian	41

3.4	Pengumpulan Data.....	42
3.5	Analisis Data	48
BAB IV: HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN		
4.1	Deskripsi Umum Konseli	50
4.2	Gejala Traumatik Korban Pelecehan Seksual	51
4.3	Penerapan <i>Rational Emotive Behaviour Therapy</i> (REBT) dalam Mengatasi Traumati orban Pelecehan Seksual.....	53
4.4	Tahapan Pelaksanaan Konseling dengan Pendekatan REBT.....	58
4.5	Hasil Penerapan <i>Rational Emotive Behaviour Therapy</i> (REBT) dalam Mengatasi Traumatik Korban Pelecehan Seksual.....	60
BAB V: SIMPULAN DAN SARAN		
5.1	Kesimpulan.....	62
5.2	Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	34
Gambar 3.1 Skema Penelitian Studi Kasus.....	41

