

**KOMUNIKASI TERAPEUTIK: PENYEMBUHAN DAN
PEMULIHAN KORBAN PELECEHAN SEKSUAL
(FENOMENA PELECEHAN SEKSUAL DUNIA PENDIDIKAN
DI INDONESIA)**

Muhammad Hilmy Aziz

Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas
Bhayangkara Surabaya
Jl. Ahmad Yani Frontage Road Ahmad Yani No.114, Surabaya (60231)
hilmy@ubhara.ac.id

ABSTRAK

Dunia pendidikan identik diisi dengan orang yang memiliki pemikiran yang tinggi pada penguasaan keilmuan maupun kehidupan sosial. Secara logika berpikir, seluruh ide, gagasan, serta tindakan selalu berelevansi dengan keilmuan sehingga segala kemungkinan yang mengarah pada tindakan pelecehan cenderung mustahil. Realita ini nampaknya tidak sebagaimana yang seharusnya terjadi. Pelecehan seksual terjadi dalam dunia pendidikan membawa dampak yang sangat luar biasa bagi insan cendekia terlebih bagi para korban yang memberikan guncangan kejiwaan. Tidak bisa dipungkiri pelecehan seksual akan memberikan dampak traumatik kepada para saksi dan korban. Hal ini menunjukkan bahwa ada akibat yang sangat serius yang ditimbulkan, baik yang dikatakan pelecehan seksual berupa fisik (non verbal) maupun verbal. Perlunya penanganan khusus yang dapat memulihkan yang tidak hanya dilakukan secara medis, terlebih pada penanganan yang dilakukan secara komunikatif (komunikasi terapeutik). Penelitian ini bertujuan untuk memberikan cara penyembuhan dan pemulihan pada korban pelecehan seksual melalui komunikasi terapeutik. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang dimana metode ini dapat memberikan gambaran yang konkret terkait cara dalam penyembuhan dan pemulihan untuk korban pelecehan seksual. Selain hal tersebut, FGD (*Focus Group Discussion*) menjadi cara mengumpulkan data, baik melalui diskusi secara langsung maupun menganalisis permasalahan dengan para ahli. Hasil pada penelitian ini mengungkapkan komunikasi terepeutik sebagai upaya penyembuhan dan pemulihan korban pelecehan seksual merupakan pendekatan psikologi yang dilakukan dalam empat tahapan yaitu tahap pra-interaksi, tahap orientasi, tahap kerja, dan tahap terminasi. Sebagai bentuk upaya yang konkret dan mendalam serta memberikan pandangan terbaru dalam menyikapi maupun memberikan pengalaman baru terhadap behavior korban pelecehan seksual, expressive writing therapy yang dipadukan law of effect menjadi altirenatif baru dalam melakukan penyembuhan dan pemulihan korban pelecehan seksual. Dengan demikian, pihak Komnas Perempuan serta dinas terkait melalui terobosan dalam penyembuhan dan pemulihan psikis dari korban pelecehan seksual bisa diterapkan secara optimal.

Kata Kunci: Komunikasi Terapeutik, Pelecehan Seksual, Pendidikan.

ABSTRACT

The world of education is identically filled with people who have high thoughts on mastery of science and social life. Logically thinking, all ideas, ideas, and actions are always relevant to science so that all possibilities that lead to acts of harassment tend to be impossible. This reality does not seem as it should be. Sexual harassment that occurs in the world of education has a tremendous impact on intellectual people, especially victims who provide psychological shocks. It is undeniable that sexual harassment will have a traumatic effect on witnesses and victims. This shows that there are severe consequences, whether it is said to be sexual harassment in the form of physical (non-verbal) or verbal. The need for special treatment that can restore, which is not only done medically, especially for handlers who are carried out communicatively (therapeutic communication). This study aims to provide a way of healing and recovery for victims of sexual harassment through therapeutic communication. This study uses a qualitative method to provide a concrete picture regarding forms of healing and recovery for victims of sexual harassment. In addition, FGD (Focus Group Discussion) is a way of collecting data through direct discussions or analyzing problems with experts. The results of this study reveal that therapeutic communication as an effort to heal and recover victims of sexual harassment is a psychological approach carried out in four stages, namely the pre-interaction stage, the orientation stage, the work stage, and the termination stage. As a concrete and in-depth effort, as well as providing the latest views in responding to and giving new experiences on the behaviour of victims of sexual harassment, expressive writing therapy combined with the law of effect is a unique alternative in healing and recovering victims of sexual harassment. Thus, Komnas Perempuan and related agencies, through breakthroughs in healing and psychological recovery from victims of sexual harassment, can be applied optimally.

Keywords: *Education, Sexual Harassment, Therapeutic Communication.*

PENDAHULUAN

Komunikasi menjadi salah satu alternatif utama yang digunakan untuk memberikan rasa aman serta menyelesaikan problematika seseorang yang tidak dapat diselesaikan dengan jalan fisik terlebih yang berada pada lingkaran permasalahan psikologis dan kesehatan mental. Dalam pandangan yang dikemukakan oleh William Gorden, komunikasi menjadi solusi yang dapat membentuk pola pikir seseorang kembali ke dalam bentuk semula ketika pasca terjadinya dinamika sosial yang memiliki dampak buruk bagi kondisi psikis dari seseorang. Para psikolog berpendapat, kebutuhan utama manusia dan untuk menjadi manusia yang sehat secara rohaniah merupakan kebutuhan akan hubungan sosial yang ramah, yang hanya bisa terpenuhi dengan membina hubungan yang baik pada orang lain (Karyaningsih, 2018).

Direktorat Jenderal Kependudukan dan Pencatatan Sipil (Dukcapil) Kementerian Dalam Negeri mencatat, Terdapat 238,09 juta jiwa atau 86,93% penduduk Indonesia yang tercatat beragama

Islam pada akhir 2021. Sebanyak 20,45 juta (7,47%) penduduk Indonesia yang memeluk agama Kristen, sebanyak 8,43 juta jiwa (3,08%) beragama Katolik, dan 4,67 juta (1,71%) beragama Hindu. Selain itu, 2,03 juta jiwa atau 0,74 juta jiwa penduduk di tanah air yang beragama Buddha, terdapat 73,63 ribu jiwa (0,03%) memeluk agama Konghucu, serta terdapat 126,51 ribu (0,05%) yang menganut aliran kepercayaan (Kusnandar, 2022). Data tersebut memberikan gambaran bahwasannya mayoritas penduduk yang berada di negara Indonesia menganut agama Islam. Tentu realita ini akan memberikan pandangan ketika penduduk yang beragama mayoritas Islam memiliki implikasi positif terhadap seluruh aspek kehidupan sosial dan budaya. Dengan kata lain bahwa kepercayaan yang dianut akan membawa dampak konsekuensi hukum dalam menjalankan sosial kemasyarakatan yang sesuai dengan ajaran ajaran Islam. Mustahil ketika seseorang berbuat tidak sesuai dengan aturan dalam agama Islam ketika bertindak dan berperilaku bahkan sampai berbuat asusila terhadap

sesamanya hingga berdampak buruk bagi para korban.

Pelecehan seksual memiliki rentang yang sangat luas, mulai dari ungkapan verbal (komentar, gurauan dan sebagainya) yang jorok/tidak senonoh, perilaku tidak senonoh (mencolek, meraba, mengeus, memeluk dan sebagainya), mempertunjukkan gambar porno/jorok, serangan dan paksaan yang tidak senonoh seperti, memaksa untuk mencium atau memeluk, mengancam akan menyulitkan si perempuan bila menolak memberikan pelayanan seksual, hingga perkosaan (Sumera, 2013). Pernyataan yang diungkapkan oleh Sumera nampaknya merupakan suatu realitas yang sangat nyata yang akan bertambah dikarenakan korban tidak memiliki keberanian untuk membuat pelaporan. Mengutip dari hasil catatan yang disusun oleh Komnas Perempuan pada tahun 2021 melalui metode survei yang telah dilaksanakan. Dari hasil survei tersebut diperoleh data bahwa dalam kekerasan terhadap perempuan (KtP) yang berada pada ranah komunitas/publik sebesar 21 % (1.731 kasus) dengan kasus paling

menonjol adalah kekerasan seksual sebesar 962 kasus (55%) yang terdiri dari dari pencabulan (166 kasus), perkosaan (229 kasus), pelecehan seksual (181 kasus), persetubuhan sebanyak 5 kasus, dan sisanya adalah percobaan perkosaan dan kekerasan seksual lain (Sari., dkk 2021). Fakta tersebut menjadi perhatian publik secara luas yang jika dihubungkan dengan beberapa studi kasus yang banyak diungkap pada dewasa ini. Komnas Perempuan juga mencatat selama kurun waktu tahun 2015 hingga tahun 2021 telah menerima banyak laporan yang diajukan oleh masyarakat yang dalam hal ini adalah konteks korban yang menerima perlakuan tidak pantas hingga berujung pada kekerasan seksual maupun pelecehan seksual terhadap dirinya. Tercatat bahwa laporan yang diterima selama periode 2017-2021 kasus kekerasan dan atau pelecehan seksual di lingkungan pendidikan paling banyak terjadi di perguruan tinggi, yakni 35 kasus. Diikuti pesantren dengan 16 kasus, dan sekolah menengah atas (SMA) 15 kasus. Selanjutnya, Komisi Nasional Anti Kekerasan terhadap Perempuan, 27 Oktober 2020 merilis fakta

sepanjang tahun 2015-2020 terdapat 51 kasus yang telah diadukan. Dari akumulasi aduan yang diterima diantaranya meliputi: Pertama, universitas menempati urutan pertama yaitu 27% (14 kasus) dan pesantren atau pendidikan berbasis Agama Islam menempati urutan kedua atau 19% (10 kasus), 15% (8 kasus) terjadi ditingkat SMU/SMK, 7% (4 kasus) terjadi di tingkat SMP, dan sisanya 15 kasus di masing-masing di TK, SD, SLB, dan Pendidikan Berbasis Kristen (Lembar Fakta, 2020).

Pelecehan seksual bukanlah merupakan kasus kriminalitas biasa. Pelecehan seksual merupakan bentuk kekerasan yang tidak hanya mendera pada fisik seorang korbannya. Lebih dari hal itu, bahwa pelecehan seksual memiliki dampak yang luar biasa terhadap perkembangan emosional seseorang (korban) di masa mendatang. Penelitian yang dilakukan oleh Essah Margaret Sesca & Hamidah tahun 2018, menjelaskan terkait dampak emosional yang ditimbulkan akibat pelecehan seksual kepada korban yaitu berupa perasaan bersalah dan menyalahkan diri sendiri, perasaan malu,

penyangkalan, dan lain-lain (Sesca & Hamidah, 2018). Stekee & Foa, 1987 dalam Sesca, 2018; Yeater & O'Donohue, 1999 dalam Mason, 2013; *National Sexual Violence Resource Center*, 2015 bersepakat mengenai dampak psikologis yang ditimbulkan akibat adanya pelecehan seksual yang pernah terjadi terhadap seorang korban meliputi, *post traumatic stress disorder* (PTSD) yaitu merupakan suatu pengalaman seseorang yang mengalami peristiwa *traumatic* yang dapat menyebabkan gangguan pada integritas diri, ketidakberdayaan dan trauma tersendiri, depresi, kecemasan, penurunan *self-esteem*, *simtom obsesif-kompulsif* (*American of Psychology Association* (APA) dalam Astuti, dkk (2018).

Kasus pelecehan seksual cenderung memberikan luka psikis yang mendalam. Hal inilah yang menyebabkan korban yang pernah mengalami akan mengingat terus menerus disepanjang hidupnya serta mengaggap bahwa kehidupan yang dilaluinya cenderung bukan merupakan kehidupan yang aman. Satu hal yang perlu diketahui dalam penanganan kasus pelecehan seksual

ini tidak serta merta hanya berada pada areal hukum saja, lebih dari itu bahwa seberapa dalam luka psikis yang dialami korban serta betapa sulitnya bagi korban untuk dapat pulih, berdamai dengan dirinya sendiri, dan berdamai dengan masa lalunya. Sebab trauma psikis tidak sama dengan luka fisik yang waktu penyembuhannya relatif cepat. Luka psikis ataupun trauma psikis adalah luka yang tidak tampak, namun sangat jelas eksistensinya dan selalu terbayang bayang. Upaya penyembuhan dan pemulihan luka trauma pada korban pelecehan seksual tidaklah mudah, tentu dibutuhkan usaha yang keras dan waktu yang tak dapat ditentukan untuk memulihkannya. Bisa jadi upaya pemulihan korban membutuhkan waktu bertahun-tahun, atau bahkan seumur hidup untuk dapat berdamai dengan dirinya sendiri dan masa lalunya, serta upaya untuk menyembuhkan trauma dan gangguan-gangguan lain yang dialaminya. Tidak cukup hanya sekedar pemulihan secara fisik, luka *traumatic* yang menghambat pertumbuhan psikologi seorang korban merupakan target utama yang

harus segera disembuhkan. Dengan kata lain bahwa ada urgensi penyembuhan dan pemulihan psikologi seorang korban yang ditolong tidak dengan upaya medis sebagaimana yang dilakukan ketika terdapat luka fisik. Tentu pada ranah ini, fungsi komunikasi menjadi bahan dasar untuk dapat menyembuhkan seseorang yang pernah mengalami pelecehan seksual maupun kekerasan seksual untuk dapat memperkuat kesehatan mental dan dapat lebih menghargai kehidupannya di masa mendatang.

Pada penelitian ini, peneliti mencoba untuk dapat menemukan formula mutakhir sebagai bentuk upaya dalam penyembuhan dan pemulihan terhadap korban pelecehan seksual yang notabene memiliki usia yang belum cukup umur serta anak-anak yang sejatinya memiliki asa yang cukup tinggi di dalam meraih cita-cita sehingga diperlukan komunikasi terapeutik untuk memberikan penyembuhan psikis.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dimana penelitian ini berfokus bagaimana mengkaji

perspektif partisipan dengan berbagai macam strategi yang bersifat interaktif yang memiliki tujuan utama untuk menggambarkan dan mengungkapkan (*to describe and explore*) serta menggambarkan dan menjelaskan (*to describe and explain*) (Pujileksono, 2015).

Metode kualitatif memiliki beragam cara dalam pengumpulan data yang digunakan untuk memenuhi informasi yang dibutuhkan selama proses penelitian. Penelitian ini menggunakan FGD (*Focus Group Discussion*) untuk membahas suatu realitas sosial yang khusus dengan berfokus pada objek kemudian berlanjut dengan analisis mendalam pada permasalahan yang dibahas melalui diskusi. Irwanto (1998) dalam Pujileksono (2015) menguraikan bahwasannya FGD cenderung memberikan variasi terhadap bagaimana upaya pembahasan yang dilakukan terkait mengkaji dari suatu permasalahan. Hal ini diperkuat oleh beberapa alasan fundamen yang membuat FGD menjadi suatu alternatif di dalam meringkaskan problematika sosial untuk bisa ditemukan kesimpulan maupun model sebagai upaya pengejawantahan dari

solusi. Pertama, adanya keyakinan bahwa masalah yang diteliti tidak dapat dipahami dengan metode survei atau wawancara individu. Dalam hal ini dikarenakan membutuhkan eksperimen atau cara yang digunakan guna untuk melihat maupun mengamati behavioristik Thorndike solusi *expressive writing therapy* penyembuhan dan pemulihan korban pelecehan seksual. Kedua, untuk memperoleh data kualitatif yang bermutu dalam waktu yang relatif singkat. Hal ini dapat tergambar melalui urgensi komunikasi terapeutik pada korban pelecehan seksual. Ketiga, sebagai metode yang dirasa cocok bagi permasalahan yang bersifat lokal dan spesifik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Kualitatif

Psikologis dalam *Behavior*

Pada abad ke 19 tepatnya pada tahun 1920'an tokoh besar psikologi dunia yang bernama John Broadus Watson yang berasal dari Greenville, Amerika Serikat membuat suatu eksperimen yang kemudian dikenal dengan nama *Classical Conditioning* atau disebut dengan pelaziman klasik. Eksperimen ini telah dibuktikan oleh

Watson yang bersama dengan Rosalie Rayner di John Hopkins. Tujuan dari dilakukannya eksperimen ini adalah sebagai bentuk untuk membuat hilang maupun muncul dari rasa takut seseorang (Rakhmat, 2015). Pada eksperimennya, Watson dan Rayner memilih objek yaitu bayi yang masih berusia 11 bulan yang tinggal di rumah perawatan anak-anak invalid karena ibunya juga menjadi perawat di tempat yang sama, bayi tersebut bernama Albert B. eksperimen pertama mengkondisikan ingin menciptakan rasa takut yang sejatinya Albert sangat menyayangi tikus putih. Ketika Albert menyentuh tikus tersebut, lempengan baja dipukul keras tepat dibelakang kepalanya. Seketika Albert tersentak dan tersungkur dengan kondisi muka yang tertelungkup ke atas kasur. Proses ini diulangi hingga respon yang ditimbulkan yaitu bergetar ketakutan. Selang waktu satu pekan, Albert merasa ragu saat diberikan tikus hingga ketika ketika hidung tikus menyentuh tangannya seketika spontan langsung menarik dari sentuhan tikus tersebut. Pada keenam kalinya, tikus diperlihatkan dengan suara keras pukulan baja sehingga

rasa takut yang dialami Albert semakin bertambah dan berujung bahwa Albert menangis. Akhirnya, ketika tikus tersebut muncul walaupun tidak ada suara keras, Albert tetap menangis, berbalik arah, dan cenderung menjauhi tikus tersebut. Di masa mendatang, Albert tidak hanya takut pada tikus saja, akan tetapi takut pada kelinci, anjing, baju berbulu, dan apapun benda-benda yang memiliki kelembutan seperti layaknya bulu tikus. Melalui eksperimen tersebut sukses menjadikan Albert menjadi patologis. Suksesnya eksperimen yang telah dilakukan Watson dan Rayner ingin mengembalikan kondisi seperti sedia kala (menyembuhkan), hingga pada akhirnya hal tersebut tidaklah pernah terjadi dikarenakan Albert dan ibunya meninggalkan rumah perawatan dan nasib Albert (Hunt, 1982).

Kesuksesan eksperimen yang dilakukan Watson dan Rayner tidak luput dari peran besar dari tokoh psikologi yaitu Edward Lee Thorndike (1874-1949) yang memiliki aliran behavioristik. Pada pernyataannya, Thorndike mengatakan bahwa belajar adalah proses interaksi antara stimulus dan

respons atau peristiwa terbentuknya asosiasi asosiasi antara peristiwa peristiwa (Rusli & Kholik, 2013; Amsari & Mudjiran, 2018). Stimulus adalah suatu perubahan dari lingkungan eksternal yang menjadi tanda untuk mengaktifkan organisme untuk bereaksi atau berbuat, sedangkan respon adalah sembarang tingkah laku yang dimunculkan karena adanya perangsang (Burhanuddin, 2008). Respons merupakan reaksi yang dimunculkan peserta didik ketika belajar yang dapat berupa pikiran, perasaan, dan gerakan atau tindakan. Jadi, perubahan tingkah laku akibat kegiatan belajar dapat berwujud konkret yaitu yang dapat diamati, sedangkan tidak konkret yaitu yang tidak dapat diamati. Meskipun aliran behaviorisme sangat mengutamakan pengukuran, tetapi tidak dapat menjelaskan bagaimana cara mengukur tingkah laku yang tidak dapat diamati. Teori Thorndike ini kemudian disebut dengan teori koneksionisme (Slavin, 2000). Sidikitnya terdapat 3 hal yang berkaitan dengan ketetapan yang dicetuskan oleh Thorndike (*Law of Effect*), yaitu 1) Hukum kesiapan (*law*

of readiness), yaitu semakin siap suatu organisme memperoleh suatu perubahan tingkah laku, maka pelaksanaan tingkah laku tersebut akan menimbulkan kepuasan individu sehingga asosiasi cenderung diperkuat. 2) Hukum latihan (*law of exercise*), yaitu semakin sering suatu tingkah laku diulang/dilatih (digunakan), maka asosiasi tersebut akan semakin kuat. 3) Hukum akibat (*law of effect*), yaitu hubungan stimulus respon cenderung diperkuat bila akibatnya menyenangkan dan cenderung diperlemah jika akibatnya tidak memuaskan. (Bell, Gredler, 1991; Moreno 2010).

Expressive Writing Therapy

Expressive writing merupakan salah satu intervensi yang digunakan untuk mengatasi kecemasan. Melalui *expressive writing* individu merefleksikan pikiran dan perasaan terdalamnya terhadap peristiwa yang tidak menyenangkan atau menimbulkan trauma. Refleksi ini memfasilitasi individu untuk merubah kognitifnya, meregulasi emosi menjadi lebih baik, menjadi sarana katarsis, memperoleh energi baru, mengarahkan perhatian,

meredakan tekanan emosional, serta memberi kesempatan untuk fokus pada tujuan dan perilakunya (Malchiodi, 2007; Kaufman & Kaufman, 2009). Wright (dalam Bolton, 2004) mendefinisikan *expressive writing therapy* sebagai proses menulis yang merupakan ekspresi dan refleksi individu dan dilakukan dengan keinginan sendiri atau bimbingan terapis atau peneliti. Secara umum *expressive writing therapy* bertujuan untuk meningkatkan pemahaman bagi diri sendiri maupun orang lain; meningkatkan kreatifitas, ekspresi diri dan harga diri; memperkuat kemampuan komunikasi dan interpersonal; mengekspresikan emosi yang berlebihan (katarsis) dan menurunkan ketegangan, serta meningkatkan kemampuan dalam mengatasi masalah dan fungsi adaptif individu (Gorelick, dalam Malchiodi, 2007).

Bolton (2011) menyatakan bahwa *expressive writing therapy* membantu individu untuk memahami dirinya dengan lebih baik, dan menghadapi depresi, *distress*, kecemasan, adiksi, ketakutan terhadap penyakit, kehilangan dan

perubahan dalam kehidupannya serta memberikan kesempatan mengekspresikan perasaan yang belum terselesaikan melalui rakaian kata, sehingga meningkatkan kesehatan (Bolton, 2011; Smyth, Hockemeyer, dan Tulloch, 2008). Baikie dan Wilhelm (2005) mencatat hasil temuannya bahwa manfaat dari *expressive writing therapy* dalam jangka panjang yaitu dapat menurunkan tingkat stres, meningkatkan sistem imun terutama pada pengidap HIV, menurunkan tekanan darah, meningkatkan mood positif, hingga peningkatan *psychological well being*. Tidak kalah penting, aktifitas doa merupakan penunjang utama yang dilakukan dalam rangka memberikan ketenangan dan juga mereduksi gangguan psikologi maupun mental seseorang. Doa adalah bagian integral dari kebanyakan agama besar dunia dan dapat menjadi dimensi penting dalam mengatasi rasa sakit dan penderitaan (Bänzinger, Van Uden, dan Janssen, 2008). Exline, Smyth, Gregory, Hockemeyer, dan Tulloch (2005) menemukan bahwa terlibat aktif dalam doa mungkin merupakan cara yang sangat membantu untuk

menegosiasikan masalah kesehatan mental atau memproses paparan trauma potensial.



Gambar 1. Suasana Diskusi *pada Focus Group Discussion* tentang Pelecehan Seksual Dunia Pendidikan

Urgensi Komunikasi Terapeutik pada Korban Pelecehan Seksual

Dalam sejarah panjang komunikasi yang memiliki fungsi sebagai komunikasi sosial memiliki kendali atas keberlangsungan hidup manusia. Komunikasi sendiri memberikan isyarat bahwasannya kegiatan dimana ada pertukaran pesan diantara dua orang atau lebih memiliki urgensi yang tidak akan bisa tergantikan di dalam rangka membangun konsep diri, aktualisasi diri, memperoleh kebahagiaan, terhindar dari tekanan dan ketegangan yang dapat diwujudkan dalam bentuk hiburan serta memupuk hubungan dengan orang lain (William I. Gorden dalam Mulyana, 2005). Konsep inilah yang kemudian berkembang ke arah yang jauh lebih kompleks yang

dimana dapat memberikan “pertolongan” kepada seorang manusia yang memiliki permasalahan dalam aspek psikologi kejiwaan.

Dikutip dari Mulyana dan Solantun (2008) yang memberikan suatu gambaran bagaimana komunikasi dapat bekerja di dalam penyelesaian suatu problematika psikologi yang kecenderungannya berada pada ranah pola pikir dari diri seorang individu. Komunikasi terapeutik termasuk komunikasi interpersonal yaitu komunikasi antara orang-orang secara tatap muka yang memungkinkan setiap pesertanya menangkap reaksi orang lain secara langsung, baik secara verbal dan nonverbal. Konsep tersebut menemukan perspektif bahwa komunikasi juga dipergunakan untuk urusan interpersonal yang memang mengharuskan dari seorang konsultan atau pendamping untuk bertatap muka dengan klien atau pasien sebagai langkah penyembuhan gangguan psikis. Dengan kata lain bahwa komunikasi terapeutik diformulasikan sebagai bentuk perencanaan yang secara sadar seluruh aspek kegiatan maupun tujuannya difokuskan untuk

kesembuhan pasien (Heri Purwanto dalam Mundakir, 2006). Oleh karena itu, konteks yang sesuai dengan arah penelitian yang dimana menemukan perpaduan yang cocok dalam rangka memberikan penyembuhan dan pemulihan kepada korban pelecehan seksual.

Korban pelecehan seksual maupun kekerasan seksual memiliki luka yang tidak hanya sekedar fisik yang bisa disembuhkan secara medis, lebih dari itu bahwa luka mendalam yang diderita memberikan pengaruh yang sangat luar biasa terhadap psikis dan juga tingkah laku. Tentu luka psikis ini tidak bisa disembuhkan dengan cara medis, dan perlu adanya suatu upaya untuk memberikan motivasi untuk dapat sembuh dan terbebas dari belenggu ketakutan salah satunya melalui komunikasi terapeutik yang diadakan oleh seorang pendamping atau konselor psikologi. Dalam catatannya, Stuart dan Sundeen memberikan penjelasan terkait bagaimana mekanisme yang harus dilakukan oleh pendamping terhadap pasien atau klien korban pelecehan seksual untuk menerapkan proses komunikasi terapeutik yang berfokus pada penyembuhan psikis

korban. Sedikitnya terdapat empat langkah tahapan yaitu tahap persiapan atau tahap pra-interaksi, tahap perkenalan atau orientasi, tahap kerja, dan tahap terminasi (Taufik & Juliane, 2010).

- a. Tahap pertama, tahap pra-interaksi. Pendamping atau perawat yang melakukan komunikasi terapeutik merupakan orang yang telah mengenal atau mengetahui informasi terkait korban pelecehan seksual, seperti nama dan permasalahan awal apa yang memabawa dampak psikologis. Berbagai macam informasi awal ini penting bagi seorang pendamping atau perawat yang akan menghadapi dari seorang pasien tersebut untuk menentukan pendekatan apa yang bisa digunakan dalam menghadapi tipe pasien yang akan atau sedang dihadapi.
- b. Tahap Kedua, tahap orientasi. Pendamping atau perawat membuat suatu rancangan spesifik (*breakdown*) terkait rencana apa saja yang akan dilakukan selama proses terapeutik dilakukan. Rancangan

ini harus dilandaskan atas dasar capaian yang disusun melalui beberapa kali pertemuan sehingga pasien dari korban pelecehan seksual merasakan hal yang tenang dan tidak terintimidasi.

- c. Tahap ketiga, tahap kerja. Tahapan yang paling menentukan keberhasilan suatu proses terapeutik dimana seorang perawat atau pendamping memberikan alokasi yang lebih besar kepada pasien yang dalam hal ini adalah korban pelecehan seksual untuk bisa lebih mengeksplorasi diri, baik dalam ranah verbal maupun non verbal. Tahapan ini tentu menjadi tolak ukur dari setiap pertemuan pendampingan dimana ketercapaian tujuan menjadi fokus utama di dalam penyembuhan psikis korban pelecehan seksual. Tahapan kerja mendorong pada pasien korban pelecehan seksual untuk bisa menceritakan seluruh dari apa yang dirasakannya saat itu, mulai dari kecemasannya, ketakutannya, pandangan orang lain terhadap dirinya dan lain

sebagainya sehingga bisa menjadi acuan pendamping untuk mengembangkan metode terapeutik yang dilakukan secara bertahap.

- d. Tahap keempat, tahap terminasi. Perawat atau pendamping telah mencapai pada tahapan akhir. Tahapan ini bukan berarti seluruh proses terapeutik yang dilakukan usai total, akan tetapi berakhir disini adalah bentuk upaya memberikan penyegaran kembali kepada korban pelecehan seksual untuk bisa merasakan ketenangan setelah semua aspek tahapan kerja dilakukan secara optimal. Tahapan ini juga bisa digunakan sebagai tahapan refleksi diri untuk memberikan lebih motivasi diri dan perasaan semangat maupun gembira kepada korban pelecehan seksual yang memiliki tekanan diri maupun tekanan sosial.

**Behavioristik Thorndike Solusi
Expressive Writing Therapy
Penyembuhan dan Pemulihan
Korban Pelecehan Seksual**

Dina Amsari dan Mudjiran mencatat berdasarkan pada penelitian

yang dilakukannya mengenai implikasi teori belajar Thorndike (behavioristik) dalam pembelajaran matematika. Dalam hasil temuan penelitian yang telah dilakukan dijelaskan bahwa implementasi teori behavioristik yang dilakukan oleh siswa dalam belajar matematika sama halnya dengan membentuk pola pikir siswa melalui pemberian stimulus respon. Implikasi ini memberikan suatu gambaran kongkret terkait bagaimana seorang guru dapat memberikan stimulus kepada siswa untuk bisa menumbuh kembangkan kemampuan berpikir terhadap proses penyelesaian dinamika kehidupan. Hal ini bisa diartikan bahwa sebagai seorang yang memiliki kendali atas stimuli dapat membuat pola pikir yang seharusnya dibentuk dan diberikan kepada siswa melalui metode dan pendekatan yang tepat. (Amsari & Mudjiran, 2018).

Analogi hasil temuan penelitian yang dijelaskan di atas memberikan suatu penjelasan bahwasannya perilaku dari diri seseorang ditentukan bagaimana mereka mengimplementasi setiap motivasi maupun dorongan yang diberikan oleh stimulan

(komunikator) kepada orang yang dikenai stimulus (komunikan). Seorang perawat atau pendamping dapat memberikan pesan pesan verbal yang disampaikan secara langsung beserta repetisi (mengulang kata dengan gerakan tubuh – seperti “ya” dan menganggukkan kepala) dan juga substitusi (menggantikan lambang lambang – seperti menggoyangkan tangan mengisyaratkan berkata tidak) (Mark L Knapp, 1972). Selain memberikan stimulus tersebut, dapat juga melalui perwujudan motivasi berupa olfaktori ketika pasien merasakan perasaan yang sedih. Beberapa hal tersebut menjadikan suatu efek tersendiri yang kemudian akan dimaknai sebagai pesan yang sangat mendalam oleh pasien korban pelecehan seksual. Kecenderungannya bahwa korban pelecehan seksual memiliki rasa takut yang berlebih ketika berada pada ruangan yang tertutup atau disebut dengan *Claustrophobia* karena mengasosiasikan keadaannya yang berada pada saat terjadinya pelecehan seksual. Mereka akan cenderung merasa lebih aman ketika didampingi oleh pendamping atau perawat yang memperlakukan dengan penuh kasih

sayang. Hal ini tentu cenderung dapat menghasilkan implikasi yang positif ketika diterapkan dalam proses penyembuhan dan pemulihan dari korban pelecehan seksual yang notabene memiliki guncangan pada psikis.

Pada gagasan Edward Thorndike dikenal dengan istilah *Law of Effect* atau yang kemudian diartikan sebagai ketetapan yang dirancangan sebagai proses pembiasaan diri (*Behaviorism*).

1. Pertama *law of readiness*

Kata kunci yang terdapat dalam hukum pertama yang dijelaskan oleh Thorndike ini semakin siap seorang individu menerima sesuatu yang bermanfaat bagi dirinya maka kepuasan yang didapat akan semakin kuat. Kesiapan yang ada pada hukum ini harus dimaknai sebagai peran serta seorang perawat atau pendamping yang mendampingi korban pelecehan seksual di dalam hal mempersiapkan semua stimulan yang akan diberikan kepada pasien atau kliennya. Seperti contohnya ketika

korban pelecehan seksual merasa dirinya tertekan ketika mengingat peristiwa yang menyebabkan psikisnya terganggu, peran pendamping haruslah sigap untuk bisa mengalihkan pada pembicaraan atau memberikan pengalaman yang bersifat menyenangkan sehingga korban yang tengah tertekan ikut terbawa suasana bahagia. Dengan kata lain bahwa pendamping atau perawat dapat melakukan terapi pemaparan (*Exposure Therapy*). Dikutip dari *American Psychological Association*, menjelaskan mengenai *Exposure Therapy* yang merupakan bentuk perawatan psikologis yang dikembangkan untuk membantu orang-orang yang notabene memiliki pengalaman yang menjadi trauma dalam hidup atau yang dalam konteks penelitian ini yaitu para korban pelecehan seksual dalam menghadapi ketakutan. Pada situasi yang seperti demikian, seorang

pendamping atau perawat merekomendasikan program terapi ini untuk membantu mematahkan pola penghindaran dan ketakutan. Pendamping atau perawat menciptakan lingkungan yang aman untuk "mengekspos" individu pada hal-hal yang para korban pelecehan seksual takuti dan hindari. Paparan terhadap objek, aktivitas, atau situasi yang ditakuti di lingkungan yang aman membantu mengurangi rasa takut dan mengurangi penghindaran (*American Psychological Association*, 2017). Melalui cara inilah kemudian kesiapan pendamping atau perawat dapat menghasilkan sesuatu yang memberikan kepuasan terhadap klien atau pasien yang dalam hal ini adalah korban pelecehan seksual.

2. Kedua *law of exercise*

Secara parsial, *law of exercise* membeberkan adanya kontinuitas perilaku yang secara konstan dilakukan, baik diukur secara

kuantitas maupun kualitas. Habitual ini memberikan ruang pada memori dari seorang individu untuk mensubstitusi pengalaman masa lampau dengan pola pikir masa kini. Dengan demikian suatu pengalaman buruk yang terjadi di masa lalu akan cenderung tergantikan dengan memori yang banyak dilakukan di masa kini. Hal ini memberikan isyarat bahwasannya seorang perawat atau pendamping harus memiliki konsep terhadap bagaimana upaya dirinya untuk bisa merubah pola hidup dari seorang pasien atau klien yang pengalaman masa lalu sebagai korban pelecehan seksual. Penelitian Ramadhani dan Ardias (2020) mengenai efektivitas pelatihan manajemen stres dalam penurunan stres kerja pada anggota badan *search and rescue* nasional (BASARNAS) kota padang memberikan suatu fakta bahwa perilaku akan terbentuk ketika adanya suatu

latihan yang dilakukan secara berkelanjutan. Dalam penelitiannya mencatat sebelum diberi pelatihan manajemen stress 4 orang anggota BASARNAS Kota Padang memiliki tingkat stres ada kategori tinggi, dan 4 orang pada kategori sedang. Setelah diberikan pelatihan manajemen stress tingkat stres anggota BASARNAS Kota Padang menurun 5 orang dikategori sedang, dan 3 orang di kategori rendah (Ramadhani & Ardias, 2020). Dengan demikian problematika yang dihadapi oleh korban pelecehan seksual semakin tereduksi ketika berbagai program pelatihan pengembangan pola pikir dapat dilakukan secara optimal.

Secara holistik, *law of exercise* dapat dipadukan dengan *expressive writing therapy* yang dimana terapi ini berfokus pada bagaimana upaya untuk mengurangi dan bahkan dapat mencapai pada tahapan menghilangkan

kecemasan dari diri individu. Hasil riset yang dicatat oleh Nevy Kusuma Danarti, dkk (2018) mengungkapkan bahwa *expressive writing therapy* dapat memberikan pengaruh terhadap penurunan depresi, cemas, dan stres pada remaja di panti rehabilitasi sosial PSMP Antasena Magelang. Metode ini sangat tepat dilakukan untuk dapat memberikan rasa relaksasi terhadap individu yang mengalami kecemasan, ketakutan, depresi maupun stres yang berlebihan. Penelitian lain yang juga menggunakan pola *expressive writing therapy* dilakukan oleh McGuire, Greenberg, Gevirt memberikan catatan tentang adanya penurunan aktivitas sistem saraf otonom dan kardiovaskular yang menunjukkan respon seperti dialami oleh individu dalam proses relaks pada subjek yang diberikan tugas menulis dengan ekspresi (Pennebaker & Chung, 2007). Senada dengan hal tersebut, Pengaruh

Expressive Writing Therapy Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Berbicara Di Muka Umum Pada Mahasiswa yang diteliti oleh Susanti dan Supriyantini (2013) memberikan sebuah fakta terdapat pengaruh positif yang ditimbulkan ketika diterapkannya *expressive writing* kepada objek. Berdasarkan hasil analisa bahwa segala bentuk kecemasan yang dirasakan oleh objek cenderung tersubstitusi dengan meningkatnya kepercayaan diri, *self-esteem*, dan *positive self-talk* (Susanti & Supriyantini, 2013). Seiring dengan berjalannya waktu, seluruh program yang telah dirancang dan dilaksanakan secara simultan oleh perawat atau pendamping akan membangkitkan gairah hidup maupun semangat dalam melalui berbagai macam problematika sosial korban pelecehan seksual. Dengan demikian, perpaduan yang terkoneksi antara *law of*

exercise dengan *expressive writing* dapat menjadi model terbaru dalam proses penyembuhan maupun pemulihan kepada para korban pelecehan seksual.

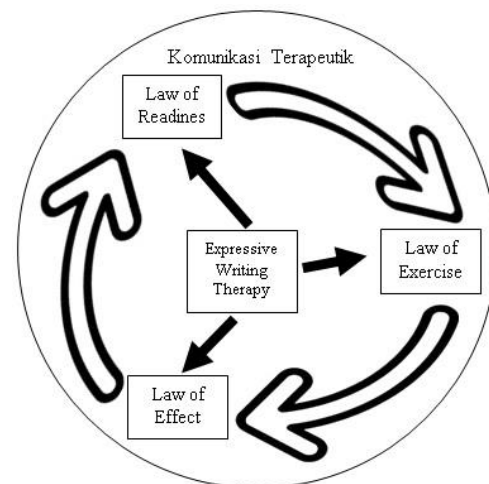
3. Ketiga *law of effect*

Segala aspek yang berada pada ranah *law of exercise* menjadi bahan refleksi, apakah diperoleh klien atau pasien tersebut merasa puas atau justru bahkan cenderung lebih tertekan. Menjawab dari permasalahan tersebut, sebagai pemegang peranan penting dalam terciptanya individu yang lebih ceria dan tenang dalam hal psikis maka pendamping atau perawat menjadikan *law of effect* sebagai bahan evaluasi. Pembiasaan pelatihan yang diharapkan mampu mengubah perilaku dan juga pola pikir seseorang akan membawa konsekuensi dampak, baik itu dalam jangka pendek maupun dampak jangka panjang. Mendasar dari beberapa temuan yang

telah dilakukan oleh para ahli, seperti pada salah satu penelitian yang dilakukan oleh Hafifah, Duwi Nur., dkk (2016) mencatat melalui program pendampingan psikologi dengan metode *appreciative inquiry* dapat meningkatkan kepercayaan diri narapidana wanita di Lapas Klas II A Anak Martapura. Hal ini membuktikan bahwa efek yang ditimbulkan karena adanya pelatihan dan juga pendampingan yang dilakukan dapat meningkatkan rasa puas terhadap klien atau pasien. Jika dianalogikan secara teoritis hukum kausalitas yang dihubungkan dengan penyembuhan dan pemulihan psikis dari korban pelecehan seksual, maka akan menghasilkan kenyataan yang positif, baik dalam tataran mentalitas maupun behavior. Perawat atau pendamping dapat menanamkan nilai nilai yang positif sebagai bentuk implikasi yang linier terhadap

fokus penyembuhan korban pelecehan seksual, seperti diberikan arahan atau penguatan mental agar tidak *minder*, terus menerus memberikan *support* moral, bahkan hingga sampai titik puncak diberikan penguatan kepastian hukum. Melalui beberapa langkah ini, sebagai korban pelecehan seksual akan mendapatkan kepuasan yang dapat dikatakan sebagai ketenangan jiwa.

Berikut adalah gambar model yang dapat digunakan untuk eksperimen terbarukan sebagai upaya di dalam penyembuhan serta pemulihan korban pelecehan seksual.



Gambar 3. Model Komunikasi Terapeutik
Upaya Penyembuhan dan Pemulihan Psikis
Korban Pelecehan Seksual

KESIMPULAN

Mendasar pada hasil dan pembahasan yang telah diulas secara menyeluruh dan komprehensif, dapat diambil simpulan bahwa:

1. Komunikasi terapeutik sebagai upaya penyembuhan dan pemulihan korban pelecehan seksual merupakan pendekatan psikologi yang dilakukan dalam empat tahapan yaitu tahap pra-interaksi, tahap orientasi, tahap kerja, dan tahap terminasi.
2. Sebagai bentuk upaya yang konkret dan mendalam serta memberikan pandangan terbaru dalam menyikapi maupun memberikan pengalaman baru terhadap behavior korban pelecehan seksual, maka konsep modifikasi Edward Thorndike memberikan panduan serta gambaran dalam melakukan penerapan terhadap penyembuhan korban pelecehan seksual. Bentuk perpaduan ini adalah *Law of Effect* yang dicetuskan oleh Thorndike dengan *Expressive Writing Therapy* yang kemudian membentuk suatu model baru dalam

penyembuhan dan pemulihan korban pelecehan seksual.

SARAN

Sebagai sebuah masukan yang bisa untuk diterapkan oleh pihak Komnas Perempuan terkait dengan terobosan dalam penyembuhan dan pemulihan psikis dari korban pelecehan seksual. Material yang dibutuhkan tidaklah banyak, hanya saja diperlukan profesionalitas perawat atau pendamping yang bisa merancang dan juga memberikan pendampingan sepenuh hati kepada para korban. Selain itu, pemerintah melalui dinas dinas terkait bisa melakukan eksperimen yang serupa sehingga dapat ditemukan kekuatan dan juga dapat memperbaiki dari titik kelemahan pada cara penyembuhan dan pemulihan korban pelecehan seksual.

DAFTAR PUSTAKA

American Psychological Association Division 12, Society Of Clinical Psychology. (2017). What is Exposure Therapy?. Diakses 7 September 2022. <https://www.div12.org/sites/default/files/WhatIsExposureTherapy.pdf>

- Amsari, D. & Mudjiran. (2018). Implikasi Teori Belajar E. Thorndike (Behavioristik) Dalam Pembelajaran Matematika. *Jurnal Basicedu* 2(2), 52-60.
- Astuti, R. T., Amin, K., Purborini, N. (2018). Manajemen penanganan Post Traumatik Stress Disorder (PTSD) berdasarkan konsep dan penelitian terkini. Magelang: UNIMMA Press.
- Baikie, A. K & Wilhelm. K. (2005). Emotional And Physical Health Benefit Of Expressive Writing. *Advances in Psychiatric Treatment: II*: 338-346 doi: 10.1192/apt.11.5.338
- Bänzinger, S., Uden, M.V., & Janssen, J. (2008). Praying and coping: The relation between varieties of praying and religious coping styles. *Mental Health, Religion & Culture*, 11(1), 101-118.
- Bell, Gredler. (1991). Belajar dan Membelajarkan. Jakarta: CV. Rajawali.
- Bolton, G. (2011). Write yourself, creative writing and personal development. London: Jessica Kingsley Publisher.
- Bolton, G; Howlett S; Lago C.; & Wriugh J.K. (Editor). (2004). *Writing Cure: An Introductory Handbook of Writing In Counseling And Therapy*. New York: Brunner-Routledge.
- Burhanuddin, (2008). *Teori Belajar & Pembelajaran*. Yogyakarta: Ar – Ruzz Media.
- Danarti, N. K., Sugiarto, A. & Sunarko, S. (2018). Pengaruh Expressive Writing Therapy Terhadap Penurunan Depresi, Cemas, Dan Stres Pada Remaja Di Panti Rehabilitasi Sosial Psmpt Antasena Magelang. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 1(1), 48–61. doi: 10.32584/jikj.v1i1.27.
- Exline, J. J., Smyth, J. M., Gregory, J., Hockemeyer, J., & Tulloch, H. (2005). Religious framing by individuals with PTSD when writing about traumatic experiences. *The International Journal for The Psychology of Religion*, 15(1), 17-33.
- Hafifah, D., Tri Febriana, S., & Fauzia, R. (2016). Efektivitas pendampingan psikologi dengan metode appreciative inquiry untuk meningkatkan kepercayaan diri. *Jurnal Ecopsy*, 2(3).

- doi:<http://dx.doi.org/10.20527/ecops.v2i3.1929>
- Hunt, M. (1982). *The Universe Within: A New Science Explores The Human Mind*. New York: Simon & Schuter.
- Karyaningsih, Ponco Dewi. (2018). *Ilmu Komunikasi*. Jogjakarta: Penerbit Samudra Biru.
- Kaufman, Scott Barry & Kaufman, James C (Editor). (2009). *The psychology of creative writing*. New York : Cambridge University Press.
- Knapp, Mark.L. (1972). *Nonverbal Communication in Human Interaction*. New York: Holt, Rinehart, and Winston.
- Kusnandar, Viva Budy. (2022). *Sebanyak 86,93% Penduduk Indonesia Beragama Islam pada 31 Desember 2021*. Diakses 5 September 2022.
<https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/02/12/sebanyak-8693-penduduk-indonesia-beragama-islam-pada-31-desember-2021>
- Lembar Fakta. (2020). *Kekerasan Seksual Di Lingkungan Pendidikan*. Komisi Nasional Anti Kekerasan terhadap Perempuan. Diakses 5 September 2022.
[https://komnasperempuan.go.id/uploadedFiles/webOld/file/pdf_file/2020/Lembar%20Fakta%20KEKERASAN%20SEKSUAL%20DI%20LINGKUNGAN%20PENDIDIKAN%20\(27%20Oktober%202020\).pdf](https://komnasperempuan.go.id/uploadedFiles/webOld/file/pdf_file/2020/Lembar%20Fakta%20KEKERASAN%20SEKSUAL%20DI%20LINGKUNGAN%20PENDIDIKAN%20(27%20Oktober%202020).pdf)
- Malchiodi, Cathy A (Editor). (2007). *Expressive therapies*. New York : The Guilford Press.
- Mason, J. R. (2013). *Posttraumatic growth in female sexual assault survivors*. Knoxville: The University of Tennessee.
- Moreno, R. (Ed.). (2010). *Cognitive load theory: Historical development and relation to other theories*. In J. L. Plass, R. Moreno, & R. Brünken (Eds.), *Cognitive load theory* (pp. 9–28). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511844744.003>
- Mulyana, D. (2005). *Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Mulyana, D., Solantun. (2008). *Metode Penelitian Komunikasi: ContohContoh Penelitian Kualitatif*

- dengan Pendekatan Praktis. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Mundakir,. (2006). Komunikasi Keperawatan, Aplikasi dalam Pelayanan, Yogyakarta: Graha Ilmu.
- National Sexual Violence Resource Center. (2015). Statistics about sexual violence. National Sexual Violence Resource Center [on-line]. Diakses pada 5 September 2022. <https://www.nsvrc.org/statistics-about-sexual-violence.pdf>.
- Pennebaker, J. W., & Chung, C. K. (2007). Expressive writing, emotional upheavals, and health. In H. Friedman, & R. Silver (Eds.), *Handbook of health psychology* (pp. 263-284). New York: Oxford University Press.
- Pujileksono, Sugeng. (2015). Metode penelitian komunikasi kualitatif. Malang: Intrans Publishing.
- Rakhmat, J. (2015). Psikologi Komunikasi. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.
- Ramadhani, M.; Ardias, W. S. (2020). Efektivitas Pelatihan Manajemen Stres Dalam Penurunan Stres Kerja Pada Anggota Badan Search And Rescue Nasional (Basarnas) Kota Padang. *Psyche: Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung* 2(1), hal 28-39. <https://doi.org/10.36269/psyche.v2i1.178>
- Rusli, R. K., & Kholik, M. (2013). Teori Belajar Dalam Psikologi Pendidikan. *Jurnal Sosial Humaniora*, 4(2). <https://doi.org/10.30997/jsh.v4i2.468>
- Sari, D. A. K., Hutabarat, R. M., & Tardi, S. A. (2021). Catatan Tahunan Tentang Kekerasan Terhadap Perempuan 2020: Perempuan Dalam Himpitan Pandemi: Lonjakan Kekerasan Seksual, Kekerasan Siber, Perkawinan Anak dan Keterbatasan Penanganan di Tengah COVID-19. Jakarta: Komisi Nasional Anti Kekerasan Terhadap Perempuan.
- Sesca, E. M., Hamidah,. (2018). *Posttraumatic growth pada wanita dewasa awal korban kekerasan seksual*. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 7(3), 1-13
- Slavin, Robert E. (2000). *Educational Psychology: Theory and Practice*. Pearson Education. New Jersey.

Smyth, J. M., Hockemeyer, J. R., & Tulloch, H. (2008). Expressive writing and post-traumatic stress disorder: Effects on trauma symptoms, mood states, and cortisol reactivity. *British Journal of Health Psychology*, 13(1), 85-93. <https://doi.org/10.1348/135910707X250866>

Sumera, M. (2013). Perbuatan kekerasan atau pelecehan seksual terhadap perempuan. *Lex et Societatis*, 1(2), 39-49.

Susanti, R. & Supriyantini, S. (2013). Pengaruh Expressive Writing Therapy Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Berbicara Di Muka Umum Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 9(2), pp 119-129. DOI: <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v9i2.174>

Taufik, M. & Juliane. (2010). Komunikasi Terapeutik dan Konseling dalam Praktek Kebidanan. Jakarta: Salemba Medika.

Tsai, M., & Wagner, N. (1978). Therapy group for women sexually molested as children. *Archives of Sexual Behavior*, 7, 417-429.