

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **2.1 Pertumbuhan Pasca Trauma (*Post-traumatic Growth*)**

##### **2.1.1 Pengertian Pertumbuhan Pasca Trauma**

Menurut Santrock (2002) menyatakan bahwa perkembangan adalah pola gerakan atau perubahan yang dimulai dari pemuatan dan terus berlanjut sepanjang siklus kehidupan. Kebanyakan perkembangan meliputi pertumbuhan, walaupun perkembangan juga mencakup pembersihan (seperti dalam kematian dan orang mati). Pola gerakan adalah kompleks karena gerakan merupakan produk dari beberapa proses biologis, kognitif, sosial. Dimaksudkan bahwa perkembangan merupakan proses perubahan individu yang terjadi dari kematangan (kemampuan seseorang sesuai usia normal) dan pengalaman yang merupakan interaksi antara individu dengan lingkungan sekitar yang menyebabkan perubahan kualitatif dan kuantitatif yang menyebabkan perubahan pada diri individu tersebut. Ilmuwan seperti Frankl (dalam Boeree, 2007;44) mengatakan bahwa manusia perlu belajar meningkatkan kemampuan dan potensinya untuk mendapatkan kebermaknaan hakiki dan salah satu cara dalam penemuan makna kehidupan adalah lewat penderitaan.

Menurut Ting dan Watson (dalam Urbayatun, 2007;41) penderitaan manusia telah menjadi perhatian ahli baik dalam bidang psikologi maupun teologi, dan perkembangan riset tentang perubahan positif maupun perubahan negatif pasca bencana juga banyak dilatarbelakangi oleh berbagai kejadian yang melanda manusia maupun alam, khususnya berkaitan dengan kejadian-kejadian yang bersifat traumatis. Nilai psikologis dari perkembangan positif personal sebagai hasil dari pengalaman traumatis subyek penuh dengan kontroversi dan kemungkinan. Perkembangan sebagai hasil dari kesengsaraan bukan penemuan modern tapi lebih mengarah sebagai kepercayaan yang telah menyebar luas dari awal (Calhoun & Tedeschi, 2006).

Menurut Janoff-Bullman (1992), peristiwa traumatis menggerakkan perubahan melalui pemecahan dan pembangunan ulang asumsi. Individu berusaha untuk memahami peristiwa traumatis dan reaksi dari hidup adalah penting untuk menyelesaikan trauma. *Posttraumatic growth* bisa dipandang sebagai anti tesis dari gangguan stress pasca trauma (Greenberg, 1995). Data yang meliputi lingkup perkembangan adalah (perubahan persepsi diri, perubahan hubungan dengan yang lain, dan perubahan filosofi hidup). Dan kesejahteraan psikologis setelah trauma penyelewengan seksual sangat langka (Calhoun & Tedeschi, 1998).

Menurut Linley dan Joseph (2005), terdapat perubahan positif pada pekerja yang terancam kematian, selain perubahan negatif yang ditemukan akibat pekerjaannya. Aspek-aspek pertumbuhan yang ditemukan berupa perubahan positif (*positive changes*) yakni individu lebih menghargai orang lain dan lebih menghayati kehidupannya.

*Posttraumatic growth* merupakan pengalaman perubahan positif yang terjadi sebagai hasil perjuangan hidup yang menantang dan di manifestasikan dalam beberapa bentuk seperti bertambahnya apresiasi hidup, hubungan personal yang bermakna, dan kehidupan beragama (Tedeschi & Calhoun, 2004).

Terdapat area lain dalam teori maupun riset yang menemukan adanya kecenderungan beberapa individu yang secara sukses dapat mengatasi trauma. Seperti riset tentang resiliensi (*resilience*) terutama pada anak-anak yang beresiko tinggi, riset dalam konstruk kepribadian *hardiness* (tahan banting) dan self-coherensi serta riset tentang *stress-inoculation* (Tedeschi dkk dalam Urbayatun, 2011)

### **2.1.2 Teori Humanistik-Eksistensial**

Pertumbuhan paska trauma dapat muncul ketika individu mengalami sebuah peristiwa yang traumatis atau sebuah krisis dalam kehidupan. Individu tersebut bisa mengalami sebuah perubahan positif setelah peristiwa negatif yang cukup menyakitkan. Pandangan ini muncul dari tradisi humanistik-eksistensial, dan berada di luar *mainstream* yang berorientasi pada penyakit atau di luar *disease-oriented framework* (Tedeschi dkk, 1998). Pandangan humanistik eksistensial muncul sebagai kritik melawan tradisi sebelumnya, yakni pendekatan psikoanalisis dan perlakuan (*behavioral*), yang kurang menekankan pada potensi positif manusia yang sehat, rasional, punya motivasi yang lebih tinggi, sementara pandangan sebelumnya menganggap manusia secara pesimistik, irasional dan mekanistik (Bennet dalam Urbayatun, 2006)

Psikologi eksistensial-humanistik berfokus pada kondisi manusia yang mempunyai sifat yang beragam dan berikut konsep-konsep utama dari eksistensial-humanistik (Corey, 2010;54)

#### 2.1.2a Kesadaran diri

Manusia memiliki kesanggupan untuk menyadari dirinya sendiri, suatu kesanggupan yang unik dan nyata yang memungkinkan manusia mampu berpikir dan memutuskan. Semakin kuat kesadaran diri itu pada seseorang maka akan semakin besar pula kebebasan yang ada pada orang itu. Kebebasan memilih dan bertindak itu disertai tanggung jawab. Pada eksistensialis menekankan bahwa manusia bertanggung jawab atas keberadaan dan nasibnya

#### 2.1.2b Kebebasan, tanggung jawab dan kecemasan

Kesadaran atas kebebasan dan tanggung jawab bisa menimbulkan kecemasan yang menjadi atribut dasar pada manusia. Kesadaran memiliki arti penting bagi kehidupan individu sekarang, sebab kesadaran tersebut menghadapkan individu pada kenyataan bahwa dia memiliki waktu yang terbatas untuk mengaktualkan potensi-potensinya.

### 2.1.2c Penciptaan makna

Manusia itu unik, dalam arti bahwa dia berusaha untuk menemukan tujuan hidup dan menciptakan nilai-nilai yang akan memberikan makna bagi kehidupan. Menjadi manusia juga berarti menghadapi kesendirian; manusia lahir ke dunia sendirian dan mati sendirian pula. Sungguhpun pada hakikatnya sendirian, manusia memiliki kebutuhan untuk berhubungan dengan sesamanya dalam suatu cara yang bermakna, sebab manusia adalah makhluk rasional. Manusia juga berusaha untuk mengaktualkan diri, yakni mengungkapkan potensi-potensi manusiawinya.

Teori-teori dalam humanistik eksistensial yang dapat menjelaskan munculnya perubahan positif setelah mengalami suatu kejadian traumatis, antara lain disebutkan oleh Tedeschi dkk. (1998) adalah teori Frankl, Maslow, Rogers dan Fromm. Selanjutnya akan dijelaskan beberapa konsep menurut ahli yang akan menjadi dasar akan pertumbuhan paska trauma.

### 2.1.3. Teori Logoterapi Frankl

Teori psikoterapi dari Frankl adalah teori yang dapat menjelaskan pertumbuhan diri dapat dirasakan setelah individu mengalami trauma (Cohen dalam Tedeschi dkk, 1998). Terapi yang dikemukakan oleh Frankl lazim dikenal dengan nama Logoterapi. Logoterapi sendiri merupakan salah satu aliran dalam psikologi dan psikiatri yang mengakui adanya dimensi kerohanian atau spiritual dalam diri manusia serta beranggapan bahwa makna hidup (*the meaning of life*)

dan hasrat untuk hidup bermakna (*the will to meaning*) merupakan motif azazi manusia.

Salah satu prinsip dasar dari logoterapi adalah perhatian utama manusia bukan untuk mencari kesenangan atau menghindari kesedihan, tetapi menemukan makna dalam hidupnya. Makna hidup bisa ditemukan meskipun kita menderita. Dengan kata lain, makna hidup adalah sesuatu yang tanpa syarat, karena dia juga mencakup potensi-potensi yang berbentuk penderitaan yang tidak terhindarkan (Frankl, 2004;180). Asas-asas dalam logoterapi adalah bahwa hidup itu tetap memiliki makna, baik ketika individu dalam sebuah posisi positif ataupun negatif.

Tedeschi dkk (dalam Urbayatun, 2011) menyatakan bahwa teori Frankl dapat dipakai untuk menjelaskan bahwa manusia dapat mencapai makna hidup melalui kreatifitas, cinta dan penderitaan. Inilah yang mendasari bahwa tidak setiap musibah diartikan negatif oleh korbannya tetapi dapat dimaknai secara positif dan hal ini dijadikan landasan filosofis konsep perkembangan paska trauma.

#### **2.1.4. Teori Meta-Kebutuhan Maslow**

Maslow tidak banyak mengemukakan tentang terapi seperti Frankl tetapi lebih cenderung mengarah pada potensi dan perjuangan hidup manusia yang pada puncaknya disebut aktualisasi diri. Maslow mengembangkan gagasan lebih lanjut dengan sebutan hierarki kebutuhan yang terdiri dari lima lapisan kebutuhan yang lebih luas.

#### 2.1.4a Kebutuhan fisiologis

Mencakup kebutuhan kita terhadap oksigen, air, protein, garam, gula, kalsium serta berbagai mineral dan vitamin termasuk kebutuhan untuk bergerak, istirahat, tidur dan mengeluarkan kotoran, menghindari bahaya, penyakit dan berhubungan seks.

#### 2.1.4b Kebutuhan rasa aman

Rasa aman adalah lapisan kebutuhan kedua yang muncul dimana seorang individu akan semakin ingin menemukan situasi dan kondisi yang aman, stabil dan terlindung dan secara perlahan akan menginginkan struktur dan tatanan.

#### 2.1.4c Kebutuhan cinta dan rindu

Ketika kebutuhan fisiologis dan rasa aman sudah terpenuhi, kebutuhan lapisan ketiga muncul. Seorang individu akan merasa membutuhkan teman, kekasih, anak dan bentuk hubungan berdasarkan perasaan lainnya. Dalam kehidupan sehari-hari kebutuhan ini dapat berbentuk keinginan untuk menikah, memiliki keluarga, menjadi bagian dari satu kelompok atau masyarakat.

#### 2.1.4d Kebutuhan harga diri

Maslow mengatakan bahwa ada dua bentuk kebutuhan terhadap harga diri ini: bentuk yang lemah dan kuat. Bentuk yang lemah adalah kebutuhan kita untuk dihargai orang lain, kebutuhan terhadap status, kemuliaan, kehormatan, perhatian, reputasi, apresiasi bahkan dominasi. Sementara yang kuat adalah kebutuhan kita untuk percaya diri, kompetensi, kesuksesan, independensi, dan kebebasan.

Keempat kebutuhan tadi disebut Maslow kebutuhan defisit atau *D-needs*. Jika kekurangan sesuatu akan mengalami defisit tetapi kalau sudah memperoleh kebutuhan tersebut maka akan tidak merasakan apa-apa lagi. Tingkat terakhir agak berbeda dengan sebelumnya yang disebut *B-needs* atau dengan kata lain disebut dengan nilai-nilai hidup atau disebut meta kebutuhan yang akan menjadi dasar individu akan tumbuh. Individu dapat mengalami suatu pengalaman puncak (*peak experience*) yakni suatu periode dengan emosi yang intens ketika individu sungguh-sungguh merasakan apa tujuan untuk terus hidup. Teori Maslow (Tedeschi dkk, 1998) juga menjadi basis pengembangan konsep perkembangan paska trauma.

#### **2.1.5. Teori Perkembangan “Diri” Carl Rogers**

Rogers (dalam Boeree, 2009) memandang bahwa setiap makhluk hidup tahu apa yang terbaik baginya. Diantara berbagai hal yang kita nilai berdasarkan insting adalah perhatian positif. Yang dimaksud adalah perasaan seperti cinta, senang, atensi, kepedulian dan sebagainya. Kebutuhan ini menjadi lebih besar berkembang dan bertumbuh menjadi optimal yang disebut pengembangan. Kebutuhan ini terekspresikan dalam banyak bentuk seperti rasa ingin tahu, eksplorasi, persahabatan dan keyakinan bahwa seseorang dapat mencapai pertumbuhan psikologis dan individu akan menemukan aktualisasi dirinya.



### 2.1.6. Teori Produktif Erich Fromm

Fromm (Feist & Feist dalam Urbayatun, 2012) menyatakan adanya kebutuhan manusiawi atau eksistensial dan yang pertama adalah adanya kebutuhan keterhubungan, yaitu dorongan untuk menyatu dengan sebuah pribadi atau pribadi-pribadi lainnya. Selain kebutuhan keterhubungan manusia juga mempunyai kebutuhan transendensi, kebutuhan keberakaran, rasa identitas dan kerangka orientasi. Manusia juga mempunyai kebebasan positif, yakni merasa bebas tanpa harus merasa sendirian, independen namun tetap menjadi bagian integral dari umat manusia.

Berdasarkan dari teori-teori sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa PTG sendiri memiliki arti dimana sebuah kondisi individu yang telah mengalami peristiwa yang menyengsarakan yang kemudian dari jatuh bangunnya dalam menjalani perjuangan hidup individu mampu bangkit dan mempunyai beberapa aspek yang secara positif dapat menunjang kehidupan barunya yang lebih baik paska trauma. Perkembangan dan bertumbuh sangat berharga untuk diberi dukungan dan harapan penuh, karena salah satu dari efek dari kehidupan individual mungkin menjadi kesempatan besar untuk menurunkan pengalaman menyengsarakan. Manfaat dari perkembangan sendiri dapat dirasakan baik individual maupun sosial. Meskipun, implikasi target tidak hanya individu namun juga sosial. Demikian, hal ini juga melibatkan ekspektasi perubahan budaya, membuat kesadaran bahwa trauma tidak hanya hasil dari sakit dan menderita tapi mempunyai pengaruh yang suatu waktu bertransformasi dalam perkembangan individu juga.

### 2.1.7. Aspek-aspek Perkembangan paska trauma

Jarden (2009) menyebutkan perkembangan paska trauma dimanifestasikan dalam beberapa jalan termasuk bertambahnya apresiasi untuk hidup secara umum, hubungan personal yang lebih bermakna, bertambahnya perasaan kekuatan personal, perubahan prioritas, eksistensial yang lebih luas dan kehidupan spiritual. McMillen (dalam Urbayatun, 2012) menyebutkan bahwa dari beberapa penelitian aspek-aspek *benefit* yang dilaporkan oleh penyintas, misalnya perubahan dalam prioritas hidup, peningkatan efikasi diri, bertambah toleran dengan orang lain, hubungan personal yang meningkat, spiritualitas yang meningkat, finansial yang bertambah, peluang-peluang yang meningkat.

Tedeschi & Calhoun (1996) menyebutkan ada beberapa aspek dan dibuat dalam bentuk skala *Posttraumatic growth inventory* ada 5 yaitu:

2.1.7.a. Kemungkinan baru (*new possibilities*): kemungkinan baru mempunyai andil yang juga cukup besar dalam perkembangan paska trauma karena ketika individu dihadapkan dengan resiko hidup negatif maka individu akan mencari kemungkinan-kemungkinan baru untuk dicari jalan keluar.

2.1.7.b. Hubungan dengan orang lain (*related to other*): Affleck et al. (1985) menjelaskan reaksi dari ibu yang dirawat karena problem kelahiran medis yang parah di unit penjagaan intensif kelahiran baru. Sekitar 60% ibu dalam sampel ini melaporkan beberapa penerimaan positif, dengan 20% disebabkan manfaat melibatkan hubungan keluarga dekat, perkembangan emosional, dan apresiasi bagaimana berharganya anaknya. Aspek lain dari menekankan hubungan setelah

peristiwa traumatis telah dilaporkan oleh Veronen dan Kilpatrick (1983) dalam studi korban pemerkosaan. Wanita yang datang untuk konseling berindikasi mereka telah mempelajari dari peristiwa bahwa mereka harus membuat keputusan demi kebaikan mereka sendiri, termasuk melindungi dari kekerasan di hubungan mereka.

2.1.7c. Kekuatan personal (*personal strength*): Tema yang sangat sering ditemui ketika laporan *Post traumatic growth* adalah bertambahnya rasa kekuatan personal (Aldwin etc, 1994). Individu mendapat optimisme dan mengembangkan perasaan aman dan kekuatan diekspresikan dalam ungkapan yang mirip seperti “jika aku bisa mengatasi ini aku bisa mengatasi apapun”. Untuk beberapa kali persepsi dari bertambahnya kekuatan mungkin berasal dari interpersonal (sosial), atau temporal.

2.1.7.d. Perubahan spiritual (*spiritual change*): Penelitian isu spiritual dan pengaruhnya dalam bertambahnya fungsi psikologis, ini lebih dari sekedar menjadi bukti bahwa spiritual dan agama mempunyai andil besar dalam proses adaptasi dan *well-being* (Weaver etc, 2003). Hal ini telah menunjukkan dengan jelas bahwa spiritual dan keagamaan campur tangan untuk proses perluasan yang hebat untuk beradaptasi dari peristiwa hidup negatif dan mungkin mendeterminasikan pengalaman perkembangan.

2.1.7.e. Apresiasi hidup (*appreciation of life*): Individu mengalami peristiwa ekstim, suatu waktu terkadang berhubungan dengan bertambahnya apresiasi hidup secara umum atau lebih kecil. Dalam kebanyakan dimensi yang mampu

diobservasi adalah perbedaan antara individu yang merenung dari aspek negatif dari implikasi peristiwa tersebut seperti (kenapa ini terjadi padaku ?) dan individu yang mencoba menemukan semacam manfaat yang tertinggal dari peristiwa tersebut seperti (aku sungguh beruntung bisa bertahan hidup).

Mystakidou etc (2008) menyebutkan 5 dimensi perkembangan paska trauma yang disimpulkan dari beberapa referensi:

1.1. dimensi sosial: individu memiliki rasa kebutuhan untuk lebih dekat dengan orang lain selain itu individu juga mengembangkan rasa sumber daya sosial yang bermanfaat bagi perkembangan dirinya.

1.2. dimensi kognitif: individu meyakini bahwa persepsi akan dirinya sangatlah kuat, konsep diri akan keyakinan *self* yang mulai terbentuk dengan lebih bagus termasuk kemampuan untuk memecahkan masalah yang berkembang jauh lebih baik

1.3 dimensi emosional: subyek lebih peka dalam perasaan seperti dalam memahami perasaan orang lain lebih sensitif akan fenomena serta bagaimana tidak memiliki keraguan untuk bisa mengekspresikan perasaan-perasaannya.

1.4 dimensi fisik: ada perkembangan tertentu dalam aspek fisik seperti menjaga pola makan dan mencoba untuk hidup teratur seperti berolahraga mencoba secara positif gaya hidup yang baru

1.5 dimensi spiritual atau filosofis: individu merasa akan penghargaan hidup adalah penting setiap harinya memiliki harapan yang jelas dan prioritas yang berguna untuk masa kedepannya.

Dari beberapa pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa individu yang mengalami perkembangan paska trauma mempunyai perubahan yang mengarah ke beberapa aspek positif. Penyebutan redaksi dari beberapa ahli yang hanya sedikit membedakan tetapi pada hakikatnya memiliki arti yang sama dalam perkembangan paska trauma.

Pandangan-pandangan tersebut merupakan ide dasar bagi pengembangan konsep perkembangan paska trauma yang dikemukakan oleh Tedeschi (1998). Tedeschi juga menyatakan bahwa konsep adanya penderitaan akan membawa manusia pada kebahagiaan juga telah diajarkan agama-agama yang sudah berkembang sejak lama.

#### **2.1.8. Faktor yang berpengaruh terhadap perkembangan paska trauma**

Penelitian antara studi dari reaksi paska trauma membuka beberapa faktor resiko untuk mengembangkan reaksi negatif yang secara klinis sangat signifikan, jadi penelitian dengan studi kemungkinan lain menunjukkan dengan jelas beberapa faktor yang mungkin berkontribusi pada pengalaman perkembangan paska trauma. Meskipun jika penelitian di lingkup ini relatif langka, dan data ini tidak bisa secara lintas budaya di sama ratakan, faktor pra trauma yang ditemukan sebagai prediksi yang memungkinkan sebagai pemicu perkembangan: religiusitas yang sebenarnya, kepuasan dukungan sosial, peristiwa stress pada awalnya,

strategi coping sebagai interpretasi dan penerimaan, peristiwa hidup positif akhir-akhir (Cadell etc, 2003).

#### **2.1.8.a. Religiusitas yang hakiki**

Seperti yang telah disebutkan, secara umum diterima bahwa orientasi religiusitas berhubungan dengan psikologis well-being. Maltby dan Day (2003) menyatakan dari tiga tipe utama dari orientasi religiusitas: ekstrinsik, intrinsik dan penyelidikan. Hanya religiusitas intrinsik yang secara berulang telah ditemukan yang berhubungan kepada persepsi yang relatif stabil dari perkembangan. Di waktu yang sama, orientasi penyelidikan telah dianggap sebagai bisikan dari mekanisme yang mungkin mengarah ke arah keduanya, ketika orientasi ekstrinsik memproduksi data yang bertentangan, agak mengarah ke maladaptasi. Dalam pengertian ini, literatur yang berlimpah dengan data menunjukkan korelasi positif yang signifikan antara personal ekstrinsik dan religiusitas sosial ekstrinsik dan gejala depresi, kecemasan kepribadian, dan harga diri.

Religiusitas intrinsik mengacu pada derajat dimana religiusitas membantu individual dalam memahami sebuah peristiwa, menemukan makna, signifikansi bahkan manfaat dalam hal tersebut. Allport (1966) individu yang menggunakan agama sebagai kerangka yang memimpin gaya hidup, di waktu yang sama memenuhi fungsi dari motivator terbaik. Kepercayaan agama dalam arti secara global mungkin mengatur tidak hanya perilaku pra-trauma terhadap peristiwa negatif, tapi juga penilaian awal dari peristiwa, integrasi lebih lanjut dari makna dan signifikansinya dari peristiwa yang baru saja individu perbuat.

### **2.1.8.b. Kepuasan Dukungan sosial**

Pra-peristiwa dukungan sosial juga telah ditemukan menjadi tenaga dalam kasus peristiwa negatif (Cadell etc, 2003). Beberapa peneliti menganggap itu mempunyai dua karakteristik umum : lingkungan dan personal. Konstruk ini mungkin secara derajat berhubungan dengan kemampuan individu mengenai pendirian atau memelihara jaringan sosial, keterbukaan emosional terhadap yang lain, keinginan untuk menemukan kepercayaan diri. Di waktu yang sama, individu mungkin sadar akan kemampuannya untuk mendukung yang lain, dimana mungkin membantu perkembangan paska trauma dengan menawarkan individu kemungkinan untuk membuat cerita tentang peristiwa tersebut, tentang perubahan yang menjadi penyebab kehidupannya (Neimeyer, 2001).

Pembentukan dari cerita trauma dan survival yang berikutnya sangat penting karena ini memaksa individu untuk berhadapan dengan pertanyaan dari makna dan kemungkinan dari rekonstruksi. Pembuatan dari cerita tidak dalam arti perkembangan dan setaraf mengurangi pengalaman level dari stress itu sendiri, atau menambah perasaan positif. dimaksudkan untuk mengalami perkembangan yang berikutnya, dimana kontruksi cerita individual menghubungkan dengan makna spesial, utamanya dimulai dengan menemukan semacam manfaat. Penelitian telah menunjukkan dengan jelas, distress secara luas lebih mudah untuk dihadapi jika salah satu bisa berperan sebagai pengertian yang dapat diterima dari kejadian tersebut. Di waktu yang sama, ini lebih sulit untuk hidup dengan konsekuensi negatif trauma jika satu tidak bisa menemukan penguatan dari peristiwa tersebut.



Persoalan yang lebih spesifik dalam dukungan sosial adalah dukungan bersama dari penderita yang sama terutama sekali sangat penting. Biasanya, kredibilitas dari “yang telah” dalam situasi yang sama lebih tinggi dari yang hanya sekiranya paham (tapi belum berpengalaman) dalam situasi. Di waktu yang sama, jaringan sosial dan cerita dalam penderita juga memberi individual kesempatan untuk mengerjakan hubungan interpersonal (sosial) dan intrapersonal (sementara) perbandingan. Kedua perbandingan mungkin menjadi aspek yang penting dari proses yang terimplikasi di perbandingan-menurun. Perbandingan tersebut dalam satu pihak mungkin mempertinggi persepsi individual dari sifatnya sendiri, dan mungkin juga menaikkan motivasi untuk perkembangan (Helgeson & Mickelson, 1995).

#### **2.1.8.c. Awal peristiwa stress**

Seperti yang telah disebutkan, frekuensi peristiwa traumatis menentukan individu untuk mengalami jarak luas dari gejala distress: penggangguhan, penghindaran, mabuk-mabukan dan selanjutnya, sebagai kelanjutannya, dengan frekuensi variabel dan intensitas, dimana dalam banyak kasus menemui kriteria dari PTSD (*Posttraumatic stress disorder*) dan ASD (*Acute Stress Disorder*). Tapi, seperti yang telah disebutkan, ada banyak sekali dari individu yang bahkan jika mengalami pengalaman gejala distress yang sangat ekstrim, mungkin sesudah itu sembuh dengan sendirinya dan melaporkan PTG, atau mungkin melaporkan baik PTG dan gejala yang dirasakan. Kemudian, awal peristiwa stress keduanya berhubungan dengan patologis dan perkembangan, dinamakan, “lebih stress peristiwa tersebut lebih banyak kesempatan bagi individu untuk mengalami baik



*PTSD* maupun *PTG*” (Linley & Joseph, 2004). Hal itu telah diobservasi bahwa kekurangan stressor tidak mampu untuk mendorong *PTG*.; mereka mungkin menetapkan level variabel dari distress diikuti oleh kurang lebihnya adaptasi yang sukses, tapi tidak mengalami perubahan secara besar-besaran dari hasil *PTG*. Review sistematis dari literatur telah menunjukkan dengan jelas bahwa peristiwa traumatis mengarah ke persepsi awal dari ancaman hidup, level tinggi yang tidak terkontrol dan tidak bisa ditolong lebih banyak memungkinkan mengarah atau mempercepat perkembangan. Ini mungkin menjadi kaitan dengan fakta bahwa minor (intensitas kurang) stresor tidak mengacaukan bagan individual, kepercayaan dan sistem makna dengan tingkat lebih luas melalui rekonstruksi menjadi dibutuhkan (Janoff-Bullman, 1992). Ancaman kecil dan tantangannya menghasilkan perubahan kecil, dimana yang besar mungkin mempromosikan, baik itu modifikasi secara positif maupun negatif.

#### **2.1.8.d Strategi Coping (Penafsiran ulang dan Penerimaan)**

Strategi coping (khususnya penafsiran ulang dan penerimaan) keduanya juga telah ditemukan mempromosikan perkembangan atau mencegah pengalaman yang lebih ekstrim, gejala negative yang bertahan lama. Khususnya penafsiran ulang secara positif menghasilkan korelasi tinggi dengan perkembangan, kemungkinan karena hal ini lebih sadar, strategi usaha merepresentasikan dirinya sebagai usaha untuk mencapai perkembangan yang diinginkan. Hasrat untuk “belajar dari pengalaman”, “temukan positif di dalamnya”, secara otomatis mempertinggi kemungkinan bahwa individu mungkin mengalami atau melaporkannya. Di beberapa kasus literatur mempertinggi bahwa coping

penerimaan juga berhubungan dengan perubahan positif akibat dari peristiwa negatif (Brooks & Matson, 1982). Baik penafsiran ulang dan penerimaan dari peristiwa menjadi hal pokok dari proses perkembangan.

#### **2.1.8.e Angka dari Peristiwa hidup positif**

Review dari literatur mungkin juga menunjukkan dengan jelas bahwa angka dari peristiwa hidup positif yang bersamaan mungkin juga merepresentasikan faktor yang berkontribusi terhadap perkembangan. Penelitian akhir-akhir ini mensugestikan bahwa siapa yang sejajar dengan pengalaman peristiwa negatif maupun positif, atau mampu untuk menterjemahkan peristiwa kecil sebagai hal yang positif, lebih sering melaporkan perkembangan. Seperti pertemuan yang mampu untuk menyangga pengalaman distress dan reaksi negatif yang berbahaya.

Dalam jumlah, penelitian dalam perkembangan paska trauma berfokus dalam menemukan kenapa dan bagaimana beberapa orang meski jika serius berpura-pura dan ditandai dengan peristiwa itu, tidak hanya kembali ke level sebelumnya (melambung kembali), tapi mengambil keuntungan dari peristiwa tersebut dan menggunakannya sebagai papan luncur untuk perkembangan individual lebih lanjut. Pendekatan awal dalam lingkup telah meninggalkan kesan bahwa trauma tanpa kecuali harus mengarah ke semacam tipe perkembangan. “beberapa orang mampu untuk melihat bahwa trauma sebagai pembatas waktu, pengalaman menyeramkan yang bahkan tidak perlu mempunyai implikasi negatif untuk masa depan, dan mungkin juga mampu untuk menemukan beberapa elemen

dari perkembangan personal didalamnya. Orang-orang tersebut sepertinya dapat pulih dengan cepat” (Foa etc, 1999).

Sejauh ini, penelitian dalam lingkup ini membenarkannya, untuk siapa yang setelah itu melaporkan PTG, penderitaan yang dihasilkan dari peristiwa negatif merepresentasikan kesempatan untuk membangun yang baru, struktur hidup yang superior “hampir dari luka” – mereka mungkin merasa dirinya lebih kuat, lebih baik, lebih empati dan lain sebagainya. Tapi di waktu yang sama mungkin juga melaporkan variabel derajat dari stress selama proses perkembangan paska trauma.

#### **2.1.9. Kajian Islam Tentang Perkembangan Paska Trauma**

Seperti yang telah dibahas sebelumnya, bahwa perkembangan paska trauma adalah Seperti yang telah dibahas sebelumnya, bahwa perkembangan paska trauma adalah sebuah kondisi individu yang telah mengalami peristiwa yang menyengsarakan yang kemudian dari jatuh bangunnya dalam menjalani perjuangan hidup individu mampu bangkit dan mempunyai beberapa aspek yang secara positif dapat menunjang kehidupan barunya yang lebih baik paska trauma.

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَدَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾

الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ﴿١٥٦﴾

155. dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.

156. (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: "Inna lillaahi wa innaa ilaihi raaji'uun"[101].

Cobaan-cobaan yang diberikan oleh ALLAH SWT adalah dengan tujuan untuk menguji keimanan hambanya. Dalam kajian perkembangan paska trauma individu mampu untuk mengembangkan aktifitas atau kemampuan baru setelah menghadapi peristiwa traumatis. Seperti yang dijelaskan dalam Al-Baqarah bahwa ALLAH SWT menguji keimanan manusia untuk menjadi lebih baik lagi.

فَإِذَا مَسَّ الْإِنْسَانَ ضُرٌّ دَعَانَا ثُمَّ إِذَا حَوَّلْنَاهُ نِعْمَةً مِّنَّا قَالَ إِنَّمَا أُوتِيتُهُ عَلَىٰ عِلْمٍ ۗ بَلْ هِيَ فِتْنَةٌ وَلَٰكِن

أَكْثَرُهُمْ لَا يَعْلَمُونَ ﴿١٥٦﴾

49. Maka apabila manusia ditimpa bahaya ia menyeru Kami, kemudian apabila Kami berikan kepadanya nikmat dari Kami ia berkata: "Sesungguhnya aku diberi nikmat itu hanyalah karena kepintaranku". sebenarnya itu adalah ujian, tetapi kebanyakan mereka itu tidak mengetahui.

Dari ayat diatas maka dapat dipahami bahwa kondisi sulit atau bahkan menyengsarakan adalah ujian dari ALLAH SWT untuk menjadikan sebuah individu menjadi lebih baik seperti yang dikehendaki oleh ALLAH SWT. Manusia selayaknya harus berusaha menjadi lebih baik dan tidak boleh putus asa ketika ditimpa musibah seberat apapun, tidak hanya pasrah atas ujian dan cobaan yang diberikan.



### 2.2.1 Pengertian Kekerasan Seksual

Anak Indonesia saat ini berada dalam bayang-bayang. Berdasarkan catatan Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), selama tahun 2003 terdapat 481 kasus kekerasan. Jumlah ini meningkat menjadi 547 kasus tahun 2004, dimana 221 kasus merupakan kekerasan seksual, 140 kekerasan fisik, 80 kekerasan psikis, dan 106 permasalahan lainnya (*tempointeraktif.com*, dalam Bagong, 2004). Bila dibandingkan secara kuantitatif, jumlah anak yang menjadi korban tindak kekerasan biasanya lebih dominan menimpa anak perempuan. Menurut Harkristuti (dalam Bagong, 2011) dibandingkan anak laki-laki, anak perempuan lebih lemah, lebih tergantung, lebih mudah dikuasai dan diancam pelaku.

Secara teoritis, kekerasan terhadap anak (*child abuse*) dapat didefinisikan sebagai peristiwa pelukaan fisik, mental, atau seksual yang umumnya dilakukan oleh orang-orang yang mempunyai tanggung jawab terhadap kesejahteraan anak yang mana itu semua diindikasikan dengan kerugian dan ancaman terhadap kesehatan dan kesejahteraan anak. Tidak hanya penyerangan fisik saja melainkan juga bisa berupa berbagai bentuk eksploitasi misalnya pornografi dan penyerangan seksual, pemberian makanan yang tidak layak bagi anak atau makanan kurang gizi, pengabaian pendidikan dan kesehatan dan kekerasan-kekerasan yang berkaitan dengan medis (Gessel dalam Bagong, 2011;115)

Menurut Heise (1994), yang dimaksud dengan tindak kekerasan terhadap perempuan pada dasarnya adalah segala tindak kekerasan verbal atau fisik, pemaksaan atau ancaman pada nyawa yang diarahkan pada seorang perempuan, apakah masih anak-anak atau sudah dewasa yang menyebabkan kerugian fisik atau psikologis, penghinaan atau perampasan kebebasan. Kekerasan seksual terhadap anak menurut ECPAT (*End Child Prostitution in Asia Tourism*) adalah interaksi antara seorang anak dan seorang yang lebih tua atau orang dewasa seperti orang asing, saudara sekandung atau orang tua dimana anak tersebut dipergunakan sebagai sebuah objek pemuas bagi kebutuhan seksual pelaku.

Menurut Suhandjati (dalam Fuady, 2004) mengatakan bahwa seseorang dikatakan sebagai korban kekerasan apabila menderita kerugian fisik, mengalami luka atau kekerasan psikologis, trauma emosional, tidak hanya dipandang dari aspek legal. Tetapi juga sosio dan kultural. Bersamaan dengan berbagai penderitaan itu, dapat juga terjadi kerugian harta benda. Tindak kekerasan mempunyai cakupan yang luas seperti kekerasan fisik, psikologis, seksual dan pembatasan kebebasan secara seksual. Kekerasan dalam arti Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah suatu perihal yang bersifat keras, perbuatan yang menyebabkan kerusakan fisik atau barang dan ada unsur paksaan.

Dalam pasal 285 KUHP disebutkan bahwa: *barangsiapa dengan kekerasan atau ancaman kekerasan memaksa seorang wanita bersetubuh dengan dia diluar perkawinan, diancam karena melakukan perkosaan dengan pidana penjara paling lama dua belas tahun.* Pada pasal ini perkosaan didefinisikan bila dilakukan hanya diluar perkawinan. Selain itu kata-kata bersetubuh memiliki arti bahwa secara hukum perkosaan terjadi pada saat sudah terjadi penetrasi. Pada saat belum terjadi penetrasi maka peristiwa tersebut tidak dapat dikatakan perkosaan akan tetapi masuk dalam kategori pencabulan (Soerodibroto dalam Faturochman, 2002)





### 2.2.2 Faktor penyebab kekerasan terhadap anak.

Menurut Suharto (1997;366-367) bahwa kekerasan terhadap anak umumnya disebabkan oleh faktor internal yang berasal dari anak sendiri maupun faktor eksternal yang berasal dari kondisi keluarga dan masyarakat, seperti:

10.1 Anak mengalami cacat tubuh, retardasi mental, gangguan tingkah laku, autisme, anak terlalu lugu, memiliki temperamen lemah, ketidaktahuan anak akan hak-haknya, anak terlalu bergantung pada orang dewasa.

10.2 Kemiskinan keluarga, orang tua menganggur, penghasilan tidak cukup, banyak anak.

10.3 Keluarga tunggal atau keluarga pecah (*broken home*), misalnya perceraian, ketiadaan ibu untuk jangka panjang atau keluarga tanpa ayah dan ibu tidak mampu untuk memenuhi kebutuhan anak secara ekonomi

10.4 Keluarga yang belum matang secara psikologis, ketidaktahuan mendidik anak, harapan orang tua yang tidak realistis, anak yang tidak diinginkan (*unwanted child*), anak yang lahir di luar nikah

10.5 Penyakit parah atau gangguan mental pada salah satu atau kedua orang tua, misalnya tidak mampu merawat dan mengasuh anak karena gangguan emosional dan depresi

10.6 Sejarah penelantaran anak. Orang tua yang semasa kecilnya mengalami perlakuan salah cenderung memperlakukan salah anak-anaknya

10.7 Kondisi lingkungan sosial yang buruk, permukiman kumuh, tergusurnya tempat bermain anak, sikap acuh tak acuh terhadap tindakan eksploitasi, pandangan terhadap nilai anak yang terlalu rendah, meningkatnya faham ekonomi upah, lemahnya perangkat hukum, tidak adanya mekanisme kontrol sosial yang stabil

### **2.2.3 Klasifikasi kekerasan seksual**

Menurut Resna dan Darmawan (2002) bahwa tindakan penganiayaan seksual dapat dibagi atas tiga kategori yaitu perkosaan, *incest*, dan eksploitasi. Pada eksploitasi termasuk prostitusi dan pornografi. Untuk lebih jelasnya dapat diuraikan sebagai berikut:

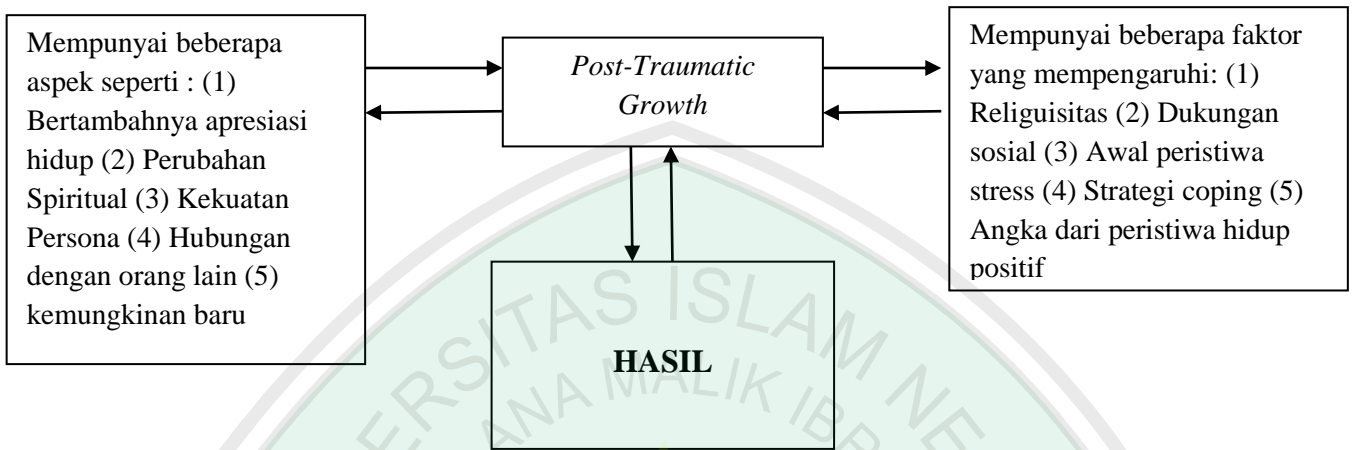
11.1 Perkosaan, Pelaku tindakan perkosaan biasanya pria. Perkosaan seringkali terjadi pada suatu saat dimana pelaku lebih dulu mengancam dengan memperlihatkan kekuatannya kepada anak. Jika anak diperiksa dengan segera setelah perkosaan, maka bukti fisik dapat ditemukan seperti air mata, darah, dan luka memar yang merupakan penemuan mengejutkan dari penemuan akut suatu penganiayaan. Apabila terdapat kasus pemerkosaan dengan kekerasan pada anak, akan merupakan suatu resiko terbesar karena penganiayaan sering berdampak emosi tidak stabil. Khusus untuk anak ini dilindungi dan tidak dikembalikan kepada situasi dimana terjadi tempat perkosaan, pemerkosa harus dijauhkan dari anak.

11.2 *Incest*, didefinisikan sebagai hubungan seksual atau aktivitas seksual antara individu yang mempunyai hubungan dekat, yang mana perkawinan di antara

mereka dilarang oleh hukum maupun kultur, *Incest* biasanya terjadi dalam waktu yang lama dan sering menyangkut suatu proses terkondisi.

11.3 *Eksplorasi*. Eksploitasi seksual meliputi prostitusi dan pornografi, dan hal ini cukup unik karena sering meliputi suatu kelompok secara berpartisipasi. Hal ini dapat terjadi sebagai sebuah keluarga atau di luar rumah bersama beberapa orang dewasa dan tidak berhubungan dengan anak-anak dan merupakan suatu lingkungan seksual. Pada beberapa kasus ini meliputi keluarga-keluarga, seluruh keluarga ibu, ayah dan anak-anak dapat terlibat dan anak-anak harus dilindungi dan dipindahkan dari situasi rumah. Hal ini merupakan situasi patologi di mana kedua orang tua sering terlibat kegiatan seksual dengan anak-anaknya dan mempergunakan anak-anak untuk prostitusi atau untuk pornografi. Eksploitasi anak-anak membutuhkan intervensi dan penanganan yang banyak secara psikiatri.

### Kerangka Konsep Penelitian



**Skema 1 : Kerangka Konsep Penelitian**

Berdasarkan kerangka konsep penelitian diatas maka dapat disimpulkan bahwa perkembangan paska trauma mempunyai beberapa faktor yang mendorong individu untuk berkembang seperti religius, dukungan sosial, awal peristiwa stress, strategi coping dan angka dari peristiwa hidup positif. Perkembangan paska trauma juga ditandai dengan beberapa aspek seperti bertambahnya apresiasi hidup, perubahan spiritual, kekuatan personal, hubungan dengan orang dan kemungkinan baru. Dengan dilakukan penelitian ini diharapkan dapat diketahui perkembangan paska trauma subyek ditinjau dari beberapa aspek dari perkembangan individu itu sendiri.