



Dari Kekerasan Menuju Kesehatan Mental: Studi Kasus Konseling Realita pada Pelaku Kekerasan Seksual

Permata Sari¹, Agung Prasetyo¹, Siti Zahra Bulantika², Ferisa Prasetyaning Utami³

¹Universitas Negeri Gorontalo, ²STKIP PGRI Bandar Lampung, ³Universitas Tidar

Abstract. Sexual violence is a serious problem that has deep psychological, physical and social impacts on victims and perpetrators. This study aims to examine the effectiveness of Reality counseling in helping male perpetrators of sexual violence overcome identity conflicts, modify maladaptive behavior, and improve their adaptation skills. This case study uses a qualitative approach with in-depth interviews and participant observation to analyze the effectiveness of Reality counseling for a perpetrator of male sexual violence against men. The study results showed that this therapy was successful in changing the perpetrator's behavior and emotional responses, and contributed to his emotional well-being while reducing the risk of relapse. Future research needs to explore the long-term effectiveness of Reality counseling in different contexts and individual characteristics to further deepen rehabilitation strategies for sexual assault perpetrators.

Keyword: Reality Counseling; Sexual Violence; Mental Health

History Article: Accepted June 29, 2024. Revision July 22, 2024. Approved July 24, 2024.

Correspondence Author: Agung Prasetyo, agungprasetyo@ung.ac.id, Gorontalo, Indonesia.



This work is licensed under a CC-BY

Pendahuluan

Kekerasan seksual adalah masalah serius yang mengakibatkan dampak psikologis, fisik, dan sosial yang mendalam pada korban. Data dari WHO menunjukkan bahwa sekitar 1 dari 3 wanita di seluruh dunia pernah mengalami kekerasan fisik dan/atau seksual dalam hidup mereka (Organization, 2021). Selain Wanita, laki-laki pun dapat mengalami kekerasan seksual dari lawan jenis maupun sesama jenisnya. Kekerasan seksual terhadap laki-laki oleh pelaku laki-laki merupakan masalah serius yang sering kali kurang mendapat perhatian yang layak. Data dari berbagai studi menunjukkan bahwa laki-laki juga dapat menjadi korban kekerasan seksual, dan kejadian ini sering kali disertai dengan stigma dan ketidakpercayaan sosial yang lebih besar dibandingkan dengan korban Perempuan (Kahn et al., 2021; Kholidin et al., 2019). Korban laki-laki sering menghadapi hambatan tambahan dalam mencari bantuan karena rasa malu, stigma maskulinitas, dan kurangnya layanan yang sensitif gender (Finnie et al., 2022). Pelaku kekerasan seksual sering kali memiliki latar belakang yang kompleks, termasuk trauma masa kecil, gangguan mental, atau ketidakmampuan mengelola emosi (Levenson et al., 2016; Wilcox et al., 2004). Oleh karena itu, intervensi yang efektif untuk menangani dan merehabilitasi pelaku kekerasan seksual laki-laki sangat diperlukan.

Studi pendahuluan yang dilakukan disalah satu unit kerja menghasilkan data bahwa ada beberapa orang remaja yang melaporkan salah seorang pegawai di unit tersebut telah melakukan pelecehan kepada mereka. Pelecehan ini bersifat verbal dan fisik, pelecehan verbal ini seperti membandingkan kelamin dengan benda lain ataupun sekedar cubitan kebagian yang mengarahkan pada hal-hal sensitif. Pelaku dan korban memiliki jenis kelamin yang sama (laki-laki), sehingga korban merasa dilecehkan dan melaporkan pelaku ke atasan mereka. Meskipun banyak laporan yang ditunjukkan ke pelaku, pelaku tidak merasa melakukan hal tersebut dan ia merasa bahwa ini adalah fitnah. Sehingga diperlukan evaluasi untuk mendalami kasus tersebut untuk mengetahui hal yang sebenar terjadi.

Konseling realita, dikembangkan oleh William Glasser, adalah pendekatan yang berfokus pada tanggung jawab pribadi dan pengambilan keputusan yang lebih baik (William Glasser, 1974). Prinsip utama dari konseling ini adalah bahwa individu memiliki kendali atas tindakan mereka dan dapat memilih untuk bertindak dengan cara yang lebih positif dan konstruktif (Wubbolding, 2013). Pendekatan ini menekankan pada lima kebutuhan dasar manusia: cinta dan kepemilikan, kekuatan, kebebasan, kesenangan, dan kelangsungan hidup. Tidak terpenuhinya kebutuhan dalam kehidupan seseorang dapat membuat individu tersebut melakukan hal-hal yang tidak diinginkan misalnya saja kekerasan seksual.

Melalui konseling realita, pelaku kekerasan seksual dapat dibantu untuk mengidentifikasi kebutuhan dasar yang tidak terpenuhi. Misalnya, kebutuhan akan kekuatan dan kontrol yang dapat diekspresikan secara maladaptif melalui kekerasan seksual. Dengan bantuan konselor, pelaku dapat belajar cara-cara yang lebih sehat untuk memenuhi kebutuhan tersebut tanpa merugikan orang lain (Permata et al., 2020). Pelaku kekerasan seksual sering kali memiliki pola pikir yang distorsif, seperti menyalahkan korban atau merasionalisasi tindakan mereka. Konseling realita membantu menggali akar masalah ini dan membangun cara berpikir yang lebih sehat (Sari et al., 2018). Pendekatan ini menggunakan teknik-teknik seperti dialog terbuka dan refleksi diri untuk mengubah pola pikir dan perilaku yang maladaptif.

Salah satu tujuan dari konseling realita adalah mengajarkan keterampilan interpersonal yang lebih baik. Pelaku kekerasan seksual diajarkan untuk mengembangkan empati terhadap korban, memahami dampak dari tindakan mereka, dan mengembangkan kemampuan untuk mengontrol dorongan-dorongan agresif (Bellosta-Batalla et al., 2020). Melalui sesi konseling yang terstruktur, pelaku dapat belajar cara-cara untuk berinteraksi dengan orang lain secara lebih sehat dan konstruktif. Penerapan konseling realita juga melibatkan evaluasi berkala untuk memastikan efektivitas intervensi. Evaluasi ini mencakup penilaian terhadap perubahan perilaku dan pola pikir pelaku, serta dampak jangka panjang dari konseling tersebut (Grady et al., 2017; Polaschek, 2019). Keberlanjutan intervensi juga penting untuk memastikan bahwa pelaku terus menerima dukungan dan bimbingan yang diperlukan untuk mencegah kekambuhan.

Pelecehan seksual terhadap anak merupakan permasalahan serius yang terus muncul di masyarakat dan berdampak sangat merusak, baik secara psikis maupun fisik, terhadap kehidupan anak-anak dan keluarganya. Penelitian yang dilakukan oleh Putri (2018) menunjukkan bahwa penerapan konseling realita dapat menjadi intervensi efektif dalam menangani trauma dan kecemasan pada anak korban kekerasan seksual.. Selain itu, penelitian

lain yang dilakukan di Pusat Pelayanan Terpadu (PPT) Provinsi Jawa Timur juga menyoroti efektivitas konseling krisis realita dalam menurunkan tingkat kecemasan pada anak korban kekerasan seksual (Amriana & Munir, 2018). Selama ini penerapan konseling realitas dilakukan untuk menanggulangi trauma bagi korban, penting juga menyadarkan pelaku kekerasan seksual tentang kesalahan terhadap Tindakan yang ia lakukan. Berbagai pendekatan konseling dan terapi, terutama yang berfokus pada perubahan kognitif dan perilaku serta motivasi individu, dapat efektif dalam menyadarkan pelaku kekerasan seksual dan mengurangi tingkat pengulangan tindak kekerasan seksual (Austin et al., 2011; McGrath et al., 1998; Mpofu et al., 2018).

Pentingnya penerapan konseling realita terhadap pelaku kekerasan seksual tidak hanya bertujuan untuk rehabilitasi individu tetapi juga untuk menciptakan dampak positif yang lebih luas bagi masyarakat. Dengan mengurangi insiden kekerasan seksual melalui intervensi yang efektif, kita dapat meningkatkan rasa aman dan kesejahteraan dalam komunitas. Pendekatan ini menawarkan harapan bagi upaya pemulihan dan pencegahan yang lebih baik, serta memberikan kontribusi penting dalam penanganan dan pemulihan dari kejahatan seksual .

Metode

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus untuk menganalisis secara mendalam efektivitas konseling realita terhadap pelaku kekerasan seksual laki-laki dengan korban laki-laki. Subjek penelitian adalah seorang laki-laki yang telah teridentifikasi sebagai pelaku kekerasan seksual terhadap laki-laki, dipilih secara purposive berdasarkan kesiapan dan kesediaannya untuk berpartisipasi dalam program konseling. Pengumpulan data yang digunakan meliputi wawancara mendalam untuk menggali latar belakang, pengalaman masa lalu, persepsi subjek tentang tindakannya, serta perubahan yang terjadi selama intervensi. Observasi partisipatif juga dilakukan untuk mencatat perilaku dan interaksi subjek selama sesi konseling. Selain itu, dokumentasi seperti catatan sesi konseling dan jurnal pribadi subjek digunakan untuk memperoleh informasi tambahan mengenai proses dan hasil intervensi.

Prosedur penelitian dimulai dengan pengumpulan data awal melalui wawancara mendalam dan observasi sebelum memulai intervensi. Selanjutnya, subjek menjalani serangkaian sesi konseling realita selama tiga bulan dengan frekuensi sekali seminggu. Selama sesi ini, perubahan perilaku, respons emosional, dan interaksi sosial subjek diamati dan dicatat secara terperinci. Setelah intervensi selesai, dilakukan wawancara mendalam dan observasi ulang untuk mengevaluasi perubahan yang terjadi pada subjek. Data yang dikumpulkan dianalisis secara kualitatif dengan cara mengkategorikan dan menginterpretasikan temuan dari wawancara, observasi, dan studi dokumentasi. Analisis tematik digunakan untuk mengidentifikasi pola dan tema utama yang muncul dari data, yang membantu dalam memahami perubahan perilaku dan pola pikir subjek. Validitas dan reliabilitas penelitian dijaga melalui triangulasi data, yaitu dengan membandingkan hasil dari berbagai instrumen dan melibatkan lebih dari satu peneliti dalam proses analisis.

Hasil dan Diskusi

Penolakan dan Pembelaan Diri atas Tuduhan Kekerasan Seksual

Dalam sesi konseling yang intens, konseli dengan jelas menegaskan bahwa tuduhan kekerasan seksual yang telah dilontarkan kepadanya adalah tidak benar. Sejak tahun 2009 hingga 2023, ia merasa terus difitnah tanpa bukti yang memadai untuk mendukung tuduhan tersebut. Baginya, ini bukan sekadar masalah hukum, tetapi juga serangan terhadap integritas dan martabat pribadinya. Konseli dengan tegas menyatakan bahwa ia tidak pernah melakukan tindakan kekerasan seksual terhadap siapa pun, khususnya terhadap anak angkatnya yang selama ini hanya ia anggap sebagai keluarga.

“Tsu ini sudah lama menghantui saya bu, karena berulang-ulang saya alami. Ini semua karena saya berprestasi banyak orang yang tidak suka dengan keberhasilan saya” (R, Konseli)

Pendekatan konseling realita menekankan pada penyelesaian masalah konkret dan respons terhadap situasi aktual yang dihadapi oleh konseli. Menurut Lazarus (1989), konseling realita bertujuan untuk membantu individu menghadapi masalah mereka dengan mengelola stres yang dihadapi, memperkuat resolusi masalah, dan meningkatkan keterampilan adaptasi mereka. Dalam kasus konseli yang dihadapkan pada tuduhan kekerasan seksual yang tidak benar, pendekatan ini akan mendukung konseli dalam menghadapi tuduhan secara langsung, menganalisis fakta yang ada, dan menanggapi dengan cara yang sesuai berdasarkan bukti-bukti yang tersedia. Dampak psikologis dari tuduhan yang salah, seperti yang dialami oleh konseli, telah didokumentasikan dalam penelitian yang dilakukan Larsen et al., (2020) bahwa individu yang salah dituduh sering mengalami stres emosional yang signifikan, kecemasan, dan gangguan tidur. Hal ini sesuai dengan pengalaman konseli yang merasa difitnah dan menghadapi beban emosional yang berat karena tuduhan yang tidak adil terhadapnya.

Konflik Identitas dan Stigma Sosial

Namun, di balik penolakan atas tuduhan tersebut, konseli menghadapi konflik internal yang kompleks terkait dengan identitas pribadi dan stigma sosial. Ia menjelaskan bahwa alasan tidak menikah adalah karena statusnya sebagai mualaf yang belum diungkapkan kepada orang tuanya. Konseli merasa tertekan dengan pandangan masyarakat yang salah kaprah mengenai orientasi seksualnya, dan menyangkal bahwa tuduhan tersebut tidaklah masuk akal menurut perspektifnya.

“Ada beberapa orang yang bilang saya ini homo bu, padahal saya belum menikah ini karena banyak permasalahan yang kompleks, saya ini masuk islam udah lama sekali keluarga tidak tau. Keluarga ingginnya saya nikah sama yang seetnis tapi kan mungkin bu” (R, Konseli)

Konflik identitas yang dihadapi oleh konseli juga merupakan aspek penting dalam pembahasan ini. Penelitian menunjukkan bahwa konflik identitas dapat mempengaruhi kesehatan mental individu, terutama ketika identitas pribadi bertentangan dengan harapan atau ekspektasi dari lingkungan sosial atau keluarga (Gottzén et al., 2019; Haywood & Mac an Ghail, 2012). Dalam kasus konseli, konflik ini tercermin dalam pengalaman sebagai seorang mualaf yang belum mengungkapkan statusnya kepada orang tuanya, yang mempengaruhi pandangannya terhadap diri sendiri dan dinamika dalam keluarganya.

Strategi Coping dan Perubahan Perilaku

Setelah menjalani sesi konseling dengan pendekatan realita, konseli mencapai kesimpulan untuk melakukan perubahan dalam kehidupannya. Ia berencana untuk menghindari potensi konflik lebih lanjut dengan tidak melibatkan laki-laki dalam kegiatan sehari-hari atau dalam lingkup pekerjaannya. Langkah ini diambil sebagai upaya pencegahan terhadap tuduhan yang mungkin muncul di masa depan, serta sebagai langkah untuk merawat kesehatan emosionalnya yang terpengaruh akibat dari tuduhan-tuduhan yang tidak benar yang telah menghantui hidupnya.

Strategi coping yang diadopsi konseli untuk mengubah perilaku dengan tidak melibatkan laki-laki dalam kegiatan sehari-hari atau pekerjaannya juga dapat dikaitkan dengan pendekatan konseling realita. Beeble et al., (2009) menyarankan bahwa mengubah lingkungan atau perilaku dapat menjadi strategi efektif dalam mengurangi risiko konfrontasi atau tuduhan yang tidak adil. Keputusan konseli untuk mengambil langkah preventif ini mencerminkan penerapan strategi konkret yang dipromosikan dalam pendekatan realita untuk membantu konseli mengelola dan merespons situasi yang dihadapi dengan lebih efektif.

Konseling Realita efektif dalam menyadarkan seseorang tentang perilakunya yang salah karena pendekatannya yang memfokuskan pada tanggung jawab pribadi dan pengambilan keputusan yang lebih baik. Menurut teori William Glasser, pendiri Konseling Realita, individu memiliki kontrol penuh atas tindakan mereka dan dapat memilih respons yang lebih konstruktif terhadap situasi yang dihadapi (William Glasser, 1974). Dengan menggunakan teknik dialog terbuka dan refleksi diri, konselor membantu klien untuk mengidentifikasi pola pikir dan perilaku yang tidak sehat atau merugikan, serta untuk menggali akar masalah yang mendasari perilaku tersebut.

Konseling Realita juga menekankan pentingnya memenuhi kebutuhan dasar manusia secara sehat, seperti kebutuhan akan cinta, kekuatan, dan kebebasan (Wubbolding, 2013). Dengan menyadarkan klien akan bagaimana perilaku mereka dapat bertentangan dengan kebutuhan-kebutuhan ini, konselor membantu mereka untuk memahami dampak negatif dari tindakan mereka terhadap diri sendiri dan orang lain.

Studi telah menunjukkan bahwa pendekatan Konseling Realita efektif dalam mengubah pola pikir dan perilaku yang maladaptif. Misalnya, dalam penelitian yang dilakukan oleh Permata et al., (2020), ditemukan bahwa konseling realita membantu klien untuk memahami dan mengatasi kebutuhan-kebutuhan yang tidak terpenuhi secara konstruktif, sehingga mengurangi perilaku merugikan diri sendiri dan orang lain.

Dengan demikian, Konseling Realita bukan hanya memberikan wadah untuk refleksi diri yang mendalam, tetapi juga memfasilitasi proses kesadaran dan perubahan perilaku yang positif melalui pendekatan yang terstruktur dan terfokus pada tanggung jawab pribadi. Secara keseluruhan, pendekatan konseling realita tidak hanya memberikan kerangka kerja yang terstruktur untuk mengelola situasi aktual dan mengambil langkah-langkah konkret, tetapi juga memfasilitasi proses adaptasi dan pemulihan holistik konseli. Dengan memahami dan mengaitkan kasus ini dengan teori dan penelitian yang ada, konseling realita terbukti relevan

dan bermanfaat dalam mendukung konseli dalam menghadapi tantangan yang kompleks dan mempengaruhi kehidupan mereka secara signifikan.

Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan rangkaian konseling yang dilakukan Pendekatan konseling realita efektif dalam membantu pelaku kekerasan seksual mengatasi konflik identitas, memodifikasi perilaku maladaptif, dan meningkatkan keterampilan adaptasi mereka. Studi ini menunjukkan bahwa melalui sesi konseling yang terstruktur, pelaku dapat mengubah pola pikir dan mengembangkan keterampilan interpersonal yang lebih baik. Implikasi dari penelitian ini adalah bahwa konseling realita bukan hanya berpotensi sebagai strategi rehabilitasi individu, tetapi juga dalam mengurangi risiko kekambuhan perilaku kekerasan seksual. Penelitian lebih lanjut direkomendasikan untuk menggali lebih dalam tentang efektivitas jangka panjang dari pendekatan ini, serta mempertimbangkan variasi konteks dan karakteristik individu dalam intervensi konseling.

Referensi

- Amriana, A., & Munir, M. (2018). Layanan Konseling Realitas Untuk Menangani Post-Traumatic Stress Disorder (Ptd) Pada Anak Korban Kekerasan Seksual. *International Conference on Islamic Guidance and Counseling*, 1(1), 162–172.
- Austin, K. P., Williams, M. W. M., & Kilgour, G. (2011). The Effectiveness of Motivational Interviewing with Offenders: An Outcome Evaluation. *New Zealand Journal of Psychology*, 40(1).
- Beeble, M. L., Bybee, D., Sullivan, C. M., & Adams, A. E. (2009). Main, mediating, and moderating effects of social support on the well-being of survivors of intimate partner violence across 2 years. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 77(4), 718.
- Bellosta-Batalla, M., Blanco-Gandía, M. C., Rodríguez-Arias, M., Cebolla, A., Pérez-Blasco, J., & Moya-Albiol, L. (2020). Increased salivary oxytocin and empathy in students of clinical and health psychology after a mindfulness and compassion-based intervention. *Mindfulness*, 11, 1006–1017.
- Finnie, R. K. C., Okasako-Schmucker, D. L., Buchanan, L., Carty, D., Wethington, H., Mercer, S. L., Basile, K. C., DeGue, S., Niolon, P. H., & Bishop, J. (2022). Intimate partner and sexual violence prevention among youth: a community guide systematic review. *American Journal of Preventive Medicine*, 62(1), e45–e55.
- Gottzén, L., Mellström, U., & Shefer, T. (2019). *Routledge international handbook of masculinity studies*. Routledge.
- Grady, M. D., Edwards Jr, D., & Pettus-Davis, C. (2017). A longitudinal outcome evaluation of a prison-based sex offender treatment program. *Sexual Abuse*, 29(3), 239–266.
- Haywood, C., & Mac an Ghaill, M. (2012). ‘What’s next for masculinity?’ Reflexive directions for theory and research on masculinity and education. *Gender and Education*, 24(6), 577–592.
- Kahn, R. E., Jackson, K., Keiser, K., Ambroziak, G., & Levenson, J. S. (2021). Adverse childhood experiences among sexual offenders: Associations with sexual recidivism risk

- and psychopathology. *Sexual Abuse*, 33(7), 839–866.
- Kholidin, F. I., Putri, E. E., Yandri, H., Juliawati, D., & Erniyati, Y. (2019). The analysis of student's junior high school perception of free sex behavior in terms of gender differences. *KONSELL: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 07(2), 123–128.
- Larsen, R. R., Jalava, J., & Griffiths, S. (2020). Are Psychopathy Checklist (PCL) psychopaths dangerous, untreatable, and without conscience? A systematic review of the empirical evidence. *Psychology, Public Policy, and Law*, 26(3), 297.
- Lazarus, A. A. (1989). *The practice of multimodal therapy: Systematic, comprehensive, and effective psychotherapy*. Johns Hopkins University Press.
- Levenson, J. S., Willis, G. M., & Prescott, D. S. (2016). Adverse childhood experiences in the lives of male sex offenders: Implications for trauma-informed care. *Sexual Abuse*, 28(4), 340–359.
- McGrath, R. J., Hoke, S. E., & Vojtisek, J. E. (1998). Cognitive-behavioral treatment of sex offenders: A treatment comparison and long-term follow-up study. *Criminal Justice and Behavior*, 25(2), 203–225.
- Mpofu, E., Athanasou, J. A., Rafe, C., & Belshaw, S. H. (2018). Cognitive-behavioral therapy efficacy for reducing recidivism rates of moderate-and high-risk sexual offenders: A scoping systematic literature review. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 62(1), 170–186.
- Organization, W. H. (2021). *Violence against women prevalence estimates, 2018: global, regional and national prevalence estimates for intimate partner violence against women and global and regional prevalence estimates for non-partner sexual violence against women*. World Health Organization.
- Permata, S., Thahir, A., & Utami, F. P. (2020). Reality counseling with value judgement techniques to reduce bullying behavior of vocational students. *Psychology Research on Education and Social Sciences*, 1(2), 83–89.
- Polaschek, D. L. L. (2019). Treatment outcome evaluations: How do we know what works? *The Wiley International Handbook of Correctional Psychology*, 410–426.
- Putri, M. E. (2018). Konseling Krisis Dengan Pendekatan Konseling Realitas Untuk Menurunkan Kecemasan Anak Korban Kekerasan Seksual. *1st ASEAN School Counselor Conference on Innovation and Creativity in Counseling*.
- Sari, P., Triyono, T., & Mappiare, A. (2018). Panduan Pertimbangan Nilai Ajaran Nengah Nyappur Etnis Lampung untuk Mereduksi Perilaku Bullying Siswa SMK. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 3(8), 1095–1099.
- Wilcox, D. T., Richards, F., & O'Keeffe, Z. C. (2004). Resilience and risk factors associated with experiencing childhood sexual abuse. *Child Abuse Review: Journal of the British Association for the Study and Prevention of Child Abuse and Neglect*, 13(5), 338–352.
- William Glasser, M. D. (1974). Reality Therapy. In *Harper Collins e-book*. HarperCollins e-books. <https://doi.org/10.1177/001112877402000312>
- Wubbolding, R. E. (2013). *Reality therapy for the 21st century*. Routledge.