

Penerapan Intervensi DEPTH (*Deep Psych Tapping Technique*) dalam Mengembangkan Kebermaknaan Remaja Korban Kekerasan

Dewi Khurun Aini¹

¹Faculty Psychology and Health, UIN Walisongo Semarang

*Corresponding Author: Dewi Khurun Aini. Email: dewi_khurun@walisongo.ac.id

Abstract

This research aims to determine the process and response to the implementation of "DEPTH Therapy" in increasing the meaning of life for young victims of violence in Central Java. This research involved 30 teenage respondents who were victims of violence in Central Java. The research methodology in this study is participatory action research. This methodology is a research model that seeks something to connect the research process to the process of social change. The social change in question is how the empowerment process can realize three benchmarks, namely the existence of a joint commitment with the community and the existence of new institutions in society that are built based on needs. Meanwhile, the results in this research use a qualitative approach with data analysis, the data that has been collected is made into a matrix, this analysis is called interactive analysis. In the matrix, fragments of descriptive data about events or experiences of certain communities will be presented. The stages of analysis are data collection, data reduction, data display, conclusions. The results of the research show that the Deep Psych Tapping Technique (DEPTH) therapy program for adolescent victims of violence in Central Java can increase the meaning of the lives of research subjects. Research subjects carry out social interactions well, so that research subjects maintain social relationships or contacts, so that research subjects feel that they are not alone. The meaning of life for teenagers who are victims of violence is growing for the better.

Keywords: *deep psych tapping technique, violence, meaningfulness life*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses dan respon pelaksanaan "Terapi DEPTH" dalam meningkatkan kebermaknaan hidup para remaja korban kekerasan Jawa Tengah. Penelitian ini melibatkan 30 responden remaja korban kekerasan di Jawa Tengah. Metodologi penelitian pada kajian ini adalah participatory action research. Metodologi ini merupakan salah satu model penelitian yang mencari sesuatu untuk menghubungkan proses penelitian ke dalam proses perubahan sosial. Perubahan sosial yang dimaksud adalah bagaimana dalam proses pemberdayaan dapat mewujudkan tiga tolak ukur, yakni adanya komitmen bersama dengan masyarakat dan adanya institusi baru dalam masyarakat yang dibangun berdasarkan kebutuhan. Sementara, untuk hasil dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan analisis data, data yang sudah terkumpul dibuat dalam matriks, analisis ini disebut analisis interaktif. Dalam matriks akan disajikan penggalan-penggalan data deskriptif sekitar peristiwa atau pengalaman masyarakat tertentu. Tahapan-tahapan analisisnya berupa pengumpulan data (data collection), reduksi data (data reduction), penyajian data (data display), penarikan kesimpulan (conclutions). Hasil penelitian menunjukkan program terapi deep psych tapping technique (DEPTH) terhadap remaja korban kekerasan di Jawa tengah dapat meningkatkan kebermaknaan hidup subjek penelitian. Subjek penelitian melakukan interaksi sosial dengan baik, sehingga subjek penelitian tetap menjaga hubungan atau kontak sosial, sehingga subjek penelitian

merasa tidak sendiri. Kebermaknaan hidup remaja yang menjadi korban kekerasan semakin berkembang menjadi lebih baik.

Kata kunci: *deep psych tapping technique, kekerasan, kebermaknaan hidup*

1. Pendahuluan

Fenomena kemerosotan akhlak dan moral, kenakalan remaja, kriminalitas, minuman keras, narkoba, meningkatnya kasus kekerasan, kasus kehamilan di luar nikah, dan kasus lainnya merupakan masalah sosial masyarakat di era milenial saat ini yang harus mendapat perhatian dan perlu ditanggulangi.

Salah satu masalah sosial yang diakui sebagai masalah sosial di seluruh dunia yaitu kasus kekerasan (Hague & Mullender, 2006), serta menjadi faktor yang menyebabkan cedera dan trauma pada korban (Griffin, M. P., & Koss, 2002; Sardoč, 2022; F. & G. Wulandari, 2014). Berdasarkan data yang dihimpun Pusat Data dan Informasi (Pustadin) Komnas Anak, kasus pelanggaran terhadap hak anak terus meningkat (PAK, 2024).

Data pengaduan Komnas Perempuan sepanjang tahun 2022 menunjukkan kekerasan seksual sebagai bentuk kekerasan terhadap perempuan yang dominan (2.228 kasus/38.21%) diikuti kekerasan psikis (2.083 kasus/35,72%). Sedangkan data dari lembaga layanan didominasi oleh kekerasan dalam bentuk fisik (6.001 kasus/38.8%), diikuti dengan kekerasan seksual (4102 kasus/26.52%). Jika dilihat lebih terperinci pada data pengaduan ke Komnas Perempuan di ranah publik, kekerasan seksual selalu yang tertinggi (1.127 kasus), sementara di ranah personal yang terbanyak kekerasan psikis (1.494). Berbeda dengan lembaga layanan, data tahun 2022 ini menunjukkan bahwa di ranah publik dan personal yang paling banyak berbentuk fisik. Kasus kekerasan tertinggi ada di Kota Semarang, didominasi oleh tindak kasus kekerasan seksual terhadap anak diikuti dengan kasus bullying di tingkat pendidikan, berdasarkan pernyataan Pelaksana Seksi Perlindungan Anak (PAK, 2024).

Kekerasan dapat memberikan dampak pada masalah mental dan cedera fisik. Beberapa dari contoh cedera fisik yang dapat terjadi, meliputi luka, gegar otak, patah tulang, kehilangan penglihatan, kerusakan sendi dan pendengaran, infeksi menular seksual. Sedangkan contoh masalah kesehatan mental meliputi kecemasan, trauma psikis, kecemasan, gangguan kepribadian, penyalahgunaan zat, gangguan stress pasca trauma, disfungsi sosial, gangguan makan dan tidur; serta lebih parahnya lagi terjadinya bunuh diri (Ali et al., 2024; Ariadi, 2024). Hal senada dengan yang diungkapkan di atas, dampak psikologis yang ditimbulkan kekerasan pada remaja di antaranya adalah hubungan dengan peer (teman sebaya) yang kurang baik, harga diri yang rendah, kesukaran dalam berperilaku; self concept yang rendah secara signifikan pada remaja yang mengalami kekerasan, tingkat pengharapan yang lebih negatif terhadap masa depannya, meningkatnya depresi (L. R. Putri et al., 2024); menimbulkan luka batin dan umumnya negatif (Ali et al., 2024; Ariadi, 2024; Harahap et al., 2024; Pahmi et al., 2024; G. A. Putri, 2024; Y. A. Wulandari & Saefudin, 2024).

Penanganan masalah kekerasan pada perempuan dan remaja bukan masalah sektoral saja, melainkan juga harus melibatkan banyak pihak karena angkanya (kekerasan terhadap perempuan dan remaja) ada indikasi meningkat. Beberapa bentuk metode dan pendekatan program intervensi psikologis, di antaranya adalah dengan pendekatan konseling psikoterapi, CBT (Cognitif Behavior Theraphy) psikologi positif, pemberian dukungan (social support) dan intervensi lainnya.

Dukungan sosial yang diberikan yang dapat membantu korban kekerasan di antaranya diwujudkan dalam bentuk program intervensi DEPTH untuk meningkatkan kebermaknaan hidup para korban kekerasan.

Selain bersifat pemulihan, intervensi DEPTH ini juga membantu subjek untuk bangkit, menemukan kebermaknaan hidup pasca trauma yang dialami, sehingga menemukan kebahagiaan hidup kembali.

Penelitian tentang penerapan DEPTH untuk meningkatkan kebermaknaan hidup remaja pasca mengalami trauma kekerasan masih sedikit ditemukan dalam literatur. Dengan argumen tersebut, penelitian ini mengambil subjek (remaja) yang mengalami kekerasan di Jawa Tengah sebagai lokus penelitian dengan isu program intervensi “Deep Psych Tapping Technique” untuk meningkatkan kebermaknaan hidup remaja korban kekerasan. Karena alasan banyaknya problematika kekerasan dan bullying pada remaja, yang menimbulkan masalah-masalah psikologis, sehingga dianggap penting akan kebutuhan dukungan sosial, intervensi, pembinaan yang dapat membantu remaja melalui program intervensi untuk meningkatkan kebermaknaan hidup remaja korban kekerasan dengan membuat isu penelitian yang berkelanjutan serta kesesuaian dengan kondisi remaja Jawa Tengah yang menjadi korban kekerasan menjadi alasan bagi peneliti untuk memilih subjek penelitian yang sangat sesuai dengan judul penelitian ini. Proses pemberian program intervensi DEPTH ditujukan kepada remaja korban kekerasan, sehingga diharapkan kebermaknaan hidup mereka menjadi lebih meningkat.

2. Tinjauan Literatur

Penelitian-penelitian yang memiliki keterkaitan dengan penelitian yang sedang dikaji diantaranya yaitu: pertama, studi tentang “Kebermaknaan Hidup pada Korban Tindak Kekerasan dalam Rumah Tangga.” Penelitian ini menjelaskan bahwa tahap pencarian makna hidup yang dilalui oleh korban tindak kekerasan dalam penelitian tersebut dimulai dari tahap krisis yang berisi penderitaan yang dialami karena kekerasan dalam rumah tangga. Tahap berikutnya, yaitu tahap penerimaan diri yang ditunjukkan dengan sikap menerima dan berusaha bersabar menghadapi penderitaan yang dialami. Dari penerimaan diri, subjek menemukan makna hidup melalui harapan-harapan yang dimiliki serta rasa tanggung jawab kepada orang tua dan remaja-remajanya untuk optimis menghadapi kehidupan (Rachmawati & Herdiana, 2024).

Penelitian yang sama tentang “Analisis Sumber- sumber Kebermaknaan Hidup Narapidana yang menjalani Hukuman Seumur Hidup”. Hasil studi tersebut menunjukkan bahwa sumber-sumber kebermaknaan hidup narapidana adalah: 1). Adanya nilai-nilai kreatif (creative values) untuk dapat berkarya, bekerja, mencipta serta melaksremajaan tugas dan kewajiban sebaik-baiknya. 2). Adanya nilai-nilai penghayatan (experiential values), yakni dengan cara memperoleh pengalaman tentang sesuatu atau seseorang yang bernilai bagi subjek. 3). Nilai-nilai bersikap (attitudinal values) atas hukuman seumur hidup yaitu subjek memilih sikap menerima kondisi tersebut sebagai tanggung jawab yang harus dijalani akibat perbuatannya dan berusaha menikmati kehidupan di penjara dengan menjadikan penjara sebagai tempat untuk belajar menjadi manusia yang lebih baik (Pangaribuan, 2016; Pranata & Suryanto, 2022; Rachmawati & Herdiana, 2024; Yuda Sinuraya & Subroto, 2023).

Penelitian serupa tentang “Kebermaknaan Hidup Individu yang Pernah Mengalami Kekerasan pada Masa Anak (Child Abuse).” Jurnal Psikologi Integratif Vol.5, menunjukkan bahwa proses pemenuhan makna hidup pada korban kekerasan remaja melalui tiga pilar, yaitu kebebasan bertindak, kebebasan berkehendak untuk hidup bermakna dengan mengambil hikmah dari kejadian tragis yang dialami berupa kekerasan pada masa kecil, dan makna hidup yang didalamnya terkandung pengertian tujuan hidup (Palila, 2018)

Penelitian lainnya yang berjudul “Penerapan Terapi Seni dalam Mengurangi Kecemasan pada Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga di Jakarta”, yang mana hasil dalam penelitian ini

menunjukkan bahwa terapi seni terbukti dapat mengurangi kecemasan pada perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga dengan menunjukkan perubahan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi (Joseph et al., 2018).

Penelitian dengan judul “Dinamika Psikologi Kekerasan Seksual: Sebuah Studi Fenomenologi”, yang mana hasil penelitiannya menunjukkan bahwa dampak psikologis yang dialami oleh subjek digolongkan pada gangguan kognisi ditandai dengan sulit untuk berkonsentrasi; tidak fokus ketika sedang belajar; melamun dan termenung sendiri, gangguan perilaku yang ditandai dengan malas untuk melakukan aktifitas sehari-hari serta gangguan emosional yang ditandai dengan gangguan mood dan suasana hati serta menyalahkan diri sendiri dan mengarah pada negative belief (Hidayat & Taufiqurrahman, 2021; Rochmah & Nuqul, 2015; Setiani, 2017). The Lifetime Prevalence of Child Sexual Abuse and Sexual Assault Assessed in Late Adolescence (Prevalensi seumur hidup pada pelecehan dan kekerasan pada remaja yang dilihat pada usia akhir remaja) (Finkelhor et al., 2014).

Penelitian tentang “Proses Rehabilitasi terhadap Remaja sebagai Korban Kekerasan Seksual” yang menunjukkan bahwa salah satu cara rehabilitasi mengembalikan keadaan remaja korban kekerasan seksual pulih seperti sedia kala melalui beberapa tahap untuk mengubah trauma sampai korban pulih seperti sebelum terjadi kekerasan seksual (Murwati, 2018).

Studi yang sama tentang “The Dynamic of Causes of Child Sexual Abuse Based on Availability of Personal Space and Privacy” yang mana hasilnya menunjukkan bahwa beberapa dampak kekerasan seksual terhadap remaja antara lain: ketidak mampuan menentukan batas-batas ruang personal yang wajar sehingga tidak berani menjalin relasi dengan jarak intim, hal ini dapat muncul dalam bentuk perilaku menarik diri, tidak percaya pada orang lain, mengisolasi diri, gangguan kecemasan, depresi dan hambatan dalam penemuan identitas diri yang positif (Collin-Vézina et al., 2015; Finkelhor et al., 2014). Kebermaknaan Hidup Individu yang Pernah Mengalami Kekerasan Masa Anak (Child Abuse). Jurnal Psikologi Integratif, Vol. 5(1), 2017. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses pemenuhan makna hidup pada korban kekerasan anak melalui tiga pilar, yaitu: kebebasan bertindak, kehendak untuk hidup bermakna, makna hidup yang di dalamnya terkandung pengertian tujuan hidup. Sedangkan sumber makna hidup diperoleh dari nilai dalam bersikap, dimana pada subjek memilih sikap mengambil hikmah dari kejadian tragis yang mereka alami berupa kekerasan pada masa kecil (Pahmi et al., 2024; Palila, 2018).

Berdasarkan penelitian-penelitian yang sudah dilakukan tersebut, peneliti menggunakan landasan upaya menumbuhkan kesadaran (pre contemplation and post contemplation) dari dukungan sosial berupa Intervensi “Deep Psych Tapping Technique” untuk meningkatkan kebermaknaan hidup korban kekerasan” sebagai support system yang akan dipakai sebagai intervensi untuk membantu menemukan kebermaknaan hidup kembali pasca trauma kekerasan yang dialami.

Kebermaknaan hidup diartikan sebagai proses pencarian dan penemuan makna pada diri dan merupakan alasan mendasar yang muncul dari dalam diri individu (intrinsik) untuk meraih tujuan, menjadi individu yang lebih baik, melanjutkan kehidupan agar dapat merasakan hidup bermakna dan berharga yang pada akhirnya akan menimbulkan perasaan bahagia (Wong, 2014).

Tiga faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup yaitu: nilai-nilai penghayatan (experiential value), nilai-nilai kreatif (creative values); nilai-nilai bersikap (attitudinal value) Frankl juga menambahkan bahwa kebermaknaan hidup merupakan nilai yang menekankan bahwa permasalahan yang dialami seseorang masih

dapat memberikan makna bagi dirinya jika disikapi dengan tepat (Wong, 2014). Logoterapi yang menjadi teorinya menganggap sikap bertanggung jawab sebagai esensi dasar kehidupan manusia, serta tidak memaksa aktivitas pada kenyataan insting-insting, melainkan menjaga keberadaan spiritual sebagai potensi memaknai eksistensinya yang harus diisi, juga menjaga kehendak-Nya untuk memaknai istilah “spiritual” tidak memiliki konotasi utama pada agama namun kembali secara khusus pada dimensi manusia.

Adapun aspek-aspek kebermaknaan hidup menurut Bastaman, yaitu: makna hidup (the meaning of life); pemahaman diri (self insight); perubahan sikap (changing attitude); kegiatan terarah (directed activities); dukungan sosial (social support); keikatan diri (self commitment) (Nofriansyah, 2021). Fokus penelitian pada penelitian ini, kebermaknaan hidup yang diartikan sebagai komitmen yang kuat, pemahaman diri dalam mengambil sikap yang tepat terhadap segala peristiwa dalam kehidupan remaja korban kekerasan, pengembangan potensi dengan dibantu oleh orang lain (dukungan sosial) yang salah satunya berupa terapi DEPTH. Kebermaknaan hidup, dapat dipahami sebagai proses penemuan hakikat yang sangat berarti dan merupakan alasan mendasar yang muncul dalam diri individu (intrinsik) untuk meraih kebahagiaan meskipun pernah mengalami pengalaman trauma dengan berusaha melakukan penerimaan segala yang ada dengan penuh kesadaran dan penghayatan mendalam (Pangaribuan, 2016; Ryff, 1989; Wong, 2014), karena dengan pencarian makna dan menghayati atas apa yang dikerjakan, maka akan dapat memperoleh kebahagiaan hidup kembali pada saat individu bekerja atau berkarya dengan melakukan usaha yang maksimal dan penuh tanggung jawab, dengan sikap yang teguh terhadap keadaan yang tidak dapat dihindari, kemudian pasrah menerima segalanya dengan penuh penghayatan mendalam dan penuh kesadaran.

Kebermaknaan hidup adalah satu hal yang penting dan berharga yang dapat mengarahkannya ke dalam tujuan hidup memberikan nilai khusus pada seseorang layak dijadikan tujuan dalam kehidupan. Frankl mengemukakan bahwa kebermaknaan hidup merupakan kualitas penghayatan individu terhadap seberapa ia telah mencapai tujuan hidupnya, terkait dalam hal memberi makna kepada kehidupannya. Kebermaknaan hidup adalah keyakinan dalam diri manusia dan aktualisasi bakti diri untuk merealisasikan potensinya (Ryff, 1989; Wong, 2014). Kesimpulan tentang kebermaknaan hidup adalah kualitas individu untuk menghayati seberapa besar ia telah mencapai tujuan hidupnya melalui aktualisasi dirinya melalui potensi-potensi yang dimiliki. Banyak individu yang merasakan ketidak-bermaknaan. Ketidakbermaknaan sendiri dapat terjadi karena banyak hal. Ketidakbermaknaan umumnya terjadi ketika manusia tidak dapat menciptakan nilai-nilai yang akan memberikan makna bagi kehidupan, tidak dapat menemukan tujuan hidup. Ketidakbermaknaan dapat menimbulkan perasaan seperti kesepian, kesedihan, perasaan sendirian, putus asa serta merasa terisolasi. Hal ini dapat membuat pertumbuhan pribadi manusia tidak dapat berkembang, ketidakbermaknaan dapat membuat pertumbuhan pribadi tidak berkembang ke arah yang maksimal. Hal ini dapat membuat manusia tidak tahu bagaimana cara untuk berproses menjadi lebih baik. Individu yang tidak memiliki kebermaknaan menggambarkan kehidupannya berhenti dan tidak bisa berubah (Sabrina, 2017).

2.1 Program Intervensi DEPTH (*Deep Psych Tapping Technique*)

DEPTH pada dasarnya menggunakan konsep bahwa tubuh yang normal memiliki sistem energi yang seimbang sehingga energi mengalir secara bebas ke seluruh tubuh, dan setiap titik meridian memiliki jumlah energi yang sama. Keseimbangan tersebut akan terganggu ketika manusia mengalami trauma, kemarahan, dendam, sakit hati, takut, atau berbagai masalah psikologi lainnya.

Gallo dan Vincenzi, menjelaskan bahwa ketika terjadi ketidakseimbangan energi, seseorang individu tidak mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi dan menjadi rentan berhadapan dengan masalah serupa. Menurut penelitian Sheldrake (1980) yang dikutip Gallo dan Vincenzi, perasaan emosional dan perilaku belajar (learning behavior) dapat diturunkan dari generasi ke generasi dalam bentuk ketidakseimbangan energi. Untuk mengatasi ketidak seimbangan energi tersebut, para peneliti menganjurkan untuk mengetuk titik-titik meridian. Teknik pengetukan (tapping) ini menjadi salah satu teknik yang digunakan dalam metode DEPTH (Deep Psych Tapping Technique) yang dapat menjadi salah satu alternatif terapi untuk membantu menyelesaikan masalah.

Depth psychology mengeksplorasi kaitan antara pikiran sadar dan pikiran bawah sadar karena meyakini bahwa segala bentuk perilaku manusia di permukaan (yang terlihat oleh manusia lainnya) sesungguhnya berakar pada pikiran bawah sadar manusia. Pikiran bawah sadar manusia akan merekam segala data tanpa filter. Pikiran bawah sadar manusia bagaikan spons yang menyerap apa saja yang masuk. Jika masa lalu, masa kecil, dan masa ketika manusia ada dalam kandungan dipenuhi cerita bahagia, maka emosi-emosi positiflah (bahagia, senang, ceria, riang, lucu) yang terekam oleh pikiran bawah sadar. Sebaliknya, jika masa lalu seseorang dipenuhi kisah menyedihkan, maka emosi-emosi negatif yang tersimpan. Emosi negatif adalah segala macam emosi yang identik dengan hal-hal buruk seperti marah, sakit hati, dendam, malu, minder, takut, panik, rasa bersalah, cemburu, dan rakus. Emosi negatif umumnya akan menghalangi untuk bereaksi secara wajar dalam menyikapi berbagai momen dalam hidup.

Kata kunci dalam terapi ini adalah kesediaan menerima diri apa adanya (acceptance) atau ikhlas. Penerimaan diri adalah bagian penting dalam proses pelepasan emosi negatif. Secara teori, ketika kalimat-kalimat itu diucapkan sambil mengetuk titik-titik meridian, jalur energi yang tersumbat (akibat penumpukan emosi negatif) akan terbuka dan emosi negatif akan terbuang. Konsep depth psychology menggali pikiran bawah sadar dalam proses terapi. Penggalian pikiran bawah sadar atau visualisasi masa lalu akan lebih mudah dilakukan dengan cara memejamkan mata, sehingga klien terputus dari dunia nyata dan masuk ke kehidupan masa lalunya. Proses pelepasan emosi negatif (Adler dkk, 1983) lebih efektif apabila dilakukan sambil memejamkan mata dan memasrahkan diri (surrender) kepada Allah. Surrender adalah tingkat yang lebih tinggi daripada acceptance. Akan tetapi tingkat kepasrahan tertinggi adalah kepasrahan kepada Tuhan.

Pada tahap Life Review Therapy dan Time Line Therapy, saat klien menyebutkan luka masa lalunya, diketuk (tapping) beberapa titik meridian agar emosi negatif terlepas (released). Dalam tahap ini, menggabungkan memejamkan mata sambil menyatakan kepasrahan kepada Tuhan, dan pada saat yang sama terjadi proses pelepasan emosi negatif melalui verbalisasi (pengungkapan perasaan melalui kata-kata) dan pengetukan meridian (tapping) dan dikenal dengan nama DEPTH (Deep Psych Tapping Technique).

Individu yang pernah mengalami "violence" yang banyak mengalami luka batin dalam kehidupannya, membutuhkan bantuan dalam mengembalikan kebermaknaan hidupnya kembali. DEPTH pada dasarnya menggunakan konsep bahwa tubuh yang normal memiliki sistem energi yang seimbang.

Teknik ini sendiri merupakan gabungan Live Review Therapy yang dibantu dengan teknik visualisasi, yang kemudian akan diikuti Time Line Therapy, yang salah satunya adalah munculnya ingatan atau bayangan dalam pikiran tentang pengalaman traumatik yang tidak terselesaikan. Ketika ingatan tersebut muncul maka hal yang harus dilakukan adalah melakukan Sedona Method yaitu mengatakan hal traumatik yang ada dalam pikiran disertai dengan kepasrahan secara spiritual (pasrah kepada yang kuasa).

2.2 Korban Kekerasan

Menurut World Health Organization, kekerasan adalah ancaman atau tindakan terhadap diri sendiri, perorangan atau sekelompok orang (masyarakat); diartikan pula sebagai penggunaan kekuatan fisik dan kekuasaan yang mengakibatkan atau kemungkinan besar mengakibatkan memar atau trauma, kelainan perkembangan, kematian, kerugian psikologis atau perampasan hak (Raisa & Ediati, 2017; Suyanto, 2010) Suyanto, (2013).

Kekerasan umumnya ditujukan kepada kelompok yang dianggap lemah. Anak dan remaja merupakan salah satu kelompok yang rentan mendapatkan perilaku kekerasan. Berdasarkan Undang-Undang Perlindungan Anak No 35 Tahun 2015, bahwa anak adalah seseorang yang belum berusia 18 tahun. Kekerasan terhadap anak adalah semua bentuk/tindakan perlakuan menyakitkan secara fisik ataupun emosional, penyalahgunaan seksual, trafficking, penelantaran, eksploitasi komersial termasuk eksploitasi seksual komersial remaja yang mengakibatkan cedera/kerugian nyata ataupun potensial terhadap kelangsungan anak, kesehatan anak, tumbuh kembang anak atau martabat anak, yang dilakukan dalam konteks hubungan tanggung jawab, kepercayaan atau kekuasaan.

Begitupun dengan kekerasan terhadap remaja merupakan perilaku yang dengan sengaja menyakitkan secara fisik atau psikis dengan tujuan untuk merusak, melukai, dan merugikan remaja (Sabina & Prameswari, 2023). Terminologi kekerasan terhadap kelompok yang dianggap lemah mempunyai ciri tindakan berupa: dapat berupa fisik maupun nonfisik (psikis), dapat dilakukan secara aktif maupun dengan cara pasif (tidak berbuat), dikehendaki atau diminati oleh pelaku, ada akibat atau kemungkinan akibat yang merugikan pada korban (fisik atau psikis), yang tidak dikehendaki oleh korban (Pahmi et al., 2024; Saputra, 2023) Adapun pengertian korban adalah orang baik secara individu maupun kolektif telah menderita kerugian fisik dan mental, jasmaniah dan rohaniah, ekonomi dan sosial atau hak-hak dasar sebagai akibat tindakan orang lain yang mencari pemenuhan kepentingan diri sendiri atau orang lain yang bertentangan dengan kepentingan dan hak asasi yang menderita (Armando, 2018).

2.3 Remaja

Adolescence atau remaja berasal dari kata latin adolescence (kata bendanya adolescenta yang berarti remaja) yang berarti tumbuh menjadi dewasa. Adolescence artinya berangsur-angsur menuju kematangan secara akal, fisik, kejiwaan dan sosial serta emosional. Hal ini mengisyaratkan kepada hakikat umum, yaitu bahwa pertumbuhan tidak berpindah dari satu fase ke fase lain secara tiba-tiba, tetapi pertumbuhan itu berlangsung setahap demi setahap (Sawyer et al., 2018).

Tugas perkembangan remaja difokuskan pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku remaja serta berusaha untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku secara dewasa (Papatung, 2023). Adapun tugas-tugas perkembangan masa remaja, menurut Hurlock sebagai berikut:

- 1) Mampu menerima keadaan fisiknya
- 2) Mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa
- 3) Mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis
- 4) Mencapai kemandirian emosional

- 5) Mencapai kemandirian ekonomi
- 6) Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota keluarga
- 7) Memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa dan orang tua.
- 8) Mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa.
- 9) Mempersiapkan diri untuk memasuki dunia perkawinan
- 10) Memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga.

Tugas-tugas perkembangan fase remaja ini berkaitan erat dengan perkembangan kognitifnya, yaitu fase operasional formal. Kematangan pencapaian fase kognitif akan sangat membantu kemampuan dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangannya tersebut dengan baik. Agar dapat memenuhi dan melaksanakan tugas-tugas perkembangan, diperlukan kemampuan kreatif remaja. Kemampuan kreatif ini banyak diwarnai oleh perkembangan kognitifnya

3. Metode Penelitian

Strategi penelitian yang digunakan dalam kajian ini adalah action research. Metode action research merupakan salah satu model penelitian yang mencari sesuatu untuk menghubungkan proses penelitian ke dalam proses perubahan sosial. Perubahan sosial yang dimaksud adalah bagaimana dalam proses pemberdayaan dapat mewujudkan tiga tolak ukur, yakni adanya komitmen bersama dengan masyarakat dan adanya institusi baru dalam masyarakat yang dibangun berdasarkan kebutuhan. Penelitian ini membawa proses penelitian dalam lingkaran kepentingan orang dan menemukan solusi praktis bagi masalah bersama dan isu-isu terhadap masalah yang dihadapi remaja korban kekerasan.

Metode action research ini digunakan untuk tidak membuat masyarakat dampingan sebagai obyek, tetapi menjadikannya sebagai subyek penelitian. Masyarakat sendiri dalam hal ini adalah remaja korban kekerasan yang memahami, menginginkan, dan memecahkan permasalahan yang dialaminya. Posisi peneliti lebih sebagai fasilitator bagi masyarakat untuk mencapai cita-citanya dan memberikan jalan keluar dan merumuskan strategi yang dapat digunakan masyarakat untuk mencari jalan keluar bagi permasalahan mereka. Namun perumusan jalan keluar dan strategi ini tetap melibatkan masyarakat dengan harapan apabila masyarakat mengalami masalah-masalah sosial, mereka bisa memecahkan permasalahan mereka sendiri tanpa bantuan orang lain.

Data penelitian dikumpulkan dengan cara observasi dan dokumentasi secara langsung kepada responden yang berhasil ditemui. Pengumpulan data secara langsung dengan menemui responden, hal ini diharapkan agar lebih efektif untuk meningkatkan respon subjek dalam penelitian ini. Penelitian ini bertujuan untuk memfasilitasi dan memotivasi agar remaja korban kekerasan mampu:

1. Mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan remaja serta problematikanya, khususnya masalah kekerasan.
2. Menemukenali faktor penyebab problem remaja dan alternatif solusinya, terutama masalah kekerasan
3. Menyusun strategi dan metode yang tepat untuk memecahkan permasalahan remaja.
4. Menyusun rencana aksi berdasarkan prioritas, dan keberlanjutan program melalui

tahapan-tahapan hingga mencapai target yang diharapkan
Penelitian merupakan *action research* (Penelitian Tindakan). In-Reyen cara (tindakan)/ program intervensi DEPTH yang dalam penerapannya membutuhkan pendampingan, pengasuhan terhadap remaja korban kekerasan. Fokus pengamatan pada tindakan (proses). Setting Penelitian: Remaja korban kekerasan berjumlah 30 remaja korban kekerasan yang di Jawa Tengah.

3.1 Identifikasi Variabel

Variabel Bebas : Program Intervensi DEPTH

Variabel Tergantung : Kebermaknaan hidup remaja korbankekerasan

Definisi Operasional : program intervensi DEPTH

Subjek Penelitian : Remaja korban kekerasan Jawa Tengan N =30

3.2 Tindakan dan langkah-langkah

- 1) Modul pelaksanaan program intervensi DEPTH dalam meningkatkan kebermaknaan hidup remaja korban kekerasan
- 2) Fokus pada setiap siklus
- 3) Metode dan Instrumen Pengumpulan Data Willig, 2013); Lembar Pengamatan (observasi), Angket, pedoman wawancara, FGD, triangulasi data (lembar pencermatan, wawancara mendalam)
- 4) Objek yang diamati dari awal s.d refleksi
- 5) *Purposeful sampling – homogeneous sampling*
- 6) Penelitian kualitatif tidak menekankan pada generalisasi, tetapi lebih menekankan pada makna (Atika Sari & Yulianti, 2018; Creswell, 2010; Denzin & Lincoln, 2011).
- 7) Berdasarkan beberapa pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa penelitian kualitatif dalam penelitian ini adalah rangkaian kegiatan dalam rangka mendapatkan data atau informasi yang bersifat sebenar-benarnya serta memberikan pemahaman menyeluruh dan mendalam mengenai peningkatan kebermaknaan hidup remaja korban kekerasan, sehingga penelitian ini tergolong pada penelitian tipe deskriptif. Menurut Bugdon dan Taylor, jenis penelitian deskriptif adalah berupaya menggambarkan kejadian dan fenomena sesuai dengan apa yang terjadi di lapangan. Dimana data hasil berupa kata-kata tertulis dan lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati.

Fokus penelitian dengan intervensi program DEPTH bertujuan untuk meningkatkan kebermaknaan hidup remaja korban kekerasan. Tujuan yang diharapkan adalah untuk merubah secara bertahap meningkatnya kebermaknaan hidup subjek. Alasan program intervensi DEPTH menjadi pendekatan adalah salah satu pendekatan sebagai solusi terhadap masalah (perilaku remaja korban kekerasan). Melihat kualitas keterlibatan remaja korban kekerasan dalam pemberian intervensi diharapkan menunjukkan kebermaknaan hidup semakin meningkat lebih baik.

3.3 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data menurut Sugiyono merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Menurut Sutopo pengumpulan data dalam penelitian kualitatif lebih mementingkan makna, tidak ditentukan oleh kuantitasnya, tetapi lebih ditentukan oleh proses terjadinya jumlah (dalam bentuk angka) dan cara memandang atau perspektifnya (Denzin & Lincoln, 1995). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data sebagai berikut:

1. Wawancara Mendalam (*indepht interview*)

Moeleong mendefinisikan wawancara sebagai percakapan dengan maksud tertentu, yang dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (interview) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara (interviewer) yang memberikan atas jawaban itu. Sedangkan Esterberg mendefinisikan wawancara sebagai pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu. Wawancara mendalam ini dilakukan terhadap beberapa remaja korban kekerasan dan pengasuh yang memiliki pengetahuan dan pengalaman mengenai proses pengembangan kapasitas dalam program pemberdayaan yang telah dilaksanakan.

2. Observasi / Pengamatan

Teknik pengumpulan data dengan cara melakukan pengamatan langsung di lapangan. Pengamatan dilakukanketika menemukan data-data di lapangan yang dibutuhkan (tanpa ditentukan terlebih dahulu), sehingga disebut dengan observasi tidak terstruktur. Teknik observasi merupakan usaha untuk mengumpulkan kesan tentang dunia subjek berdasarkan semua kemampuan daya serap pancaindera manusia.

Teknik observasi dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu observasi berperan serta (participant observation) dan observasi non-partisipan. Dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan observasi non-partisipan, dimana peneliti tidak terlibat langsung dalam aktivitas sehari-hari masyarakat sebagai objek amatan dan bertindak sebagai pengamat independen. Proses observasi terdiri atas langkah-langkah (a) persiapan, (b) memasuki lingkungan penelitian, (c) memulai interaksi, (d) pengamatan dan pencatatan dan (e) menyelesaikan tugas lapangan.² Langkah persiapan meliputi penentuan instrumen-instrumen apa yang akan diamati serta menyiapkan rencana mengenai point-point khusus yang ingin didapatkan. Tahapan kedua adalah memasuki lingkungan penelitian, dimana secara sekilas peneliti melakukan amatan secara keseluruhan objek dan dilanjutkan langkah ketiga yaitu memulai interaksi, dengan tetap mengedepankan etika atau kaidah-kaidah atau kebiasaan lokal di wilayah studi. Langkah keempat adalah pengamatan dan pencatatan, dimana peneliti secara aktif melakukan pengamatan sesuai rencana dalam kerangka analisis dan selanjutnya hasil amatan tersebut dituangkan dalam bentuk catatan-catatan yang dibuat oleh peneliti. Tahap terakhir adalah menyelesaikan tugas lapangan, yaitu mengolah tahap awal data-data yang telah didapatkan untuk dijadikan sebagai bahan masukan dalam analisis penelitian yang dilakukan. Dalam tahap akhir observasi ini, dimungkinkan penambahan data apabila data hasil amatan yang telah dilakukan belum sesuai dengan yang diharapkan

3. FGD (*Focus Group Discussion*)

Focus Group Discussion atau FGD adalah mediabagi sekelompok orang untuk mendiskusikan satu topik tertentu secara lebih mendalam. *Focus Group Discussion* (FGD) merupakan bentuk

penelitian kualitatif di mana sekelompok orang yang bertanya tentang sikap mereka terhadap layanan, konsep, ide atau suatu fenomena tertentu. Pertanyaan diminta dalam grup pengaturan interaktif dimana peserta bebas untuk berbicara dengan anggota kelompok lainnya. Dalam FGD biasanya terdapat suatu topik yang dibahas dan didiskusikan bersama.

3.4 Teknik Analisis Data

Menurut Bogdan dan Biklen teknik analisis adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, mensintesiskannya, memilah-milah data menjadi satuan yang dapat dikelola, menemukan dan mencari pola, menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari dan memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain. Langkah selanjutnya adalah mengolah data yang terkumpul dengan menganalisis data, mendeskripsikan data, serta mengambil kesimpulan (Creswell, 2016; Denzin & Lincoln, 2011). Menganalisis data ini menggunakan teknik analisis data kualitatif, karena data-data yang diperoleh merupakan keterangan-keterangan.

Proses analisis data dalam penelitian kualitatif sebagaimana yang dikemukakan oleh Miles dan Huberman bahwa aktivitas dalam analisis data dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya jenuh.

Aktivitas dalam menganalisis data kualitatif yaitu:

a. Reduksi Data (*Data Reduction*)

Mereduksi data berarti merangkum, memfokuskan pada hal-hal yang penting, memilih hal-hal yang pokok, dicari tema dan polanya. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya dan mencarinya bila diperlukan. Secara teknis, pada kegiatan reduksi data yang telah dilakukan dalam penelitian ini meliputi: perekapan hasil wawancara kemudian pengamatan hasil pengumpulan dokumen yang berhubungan dengan fokus penelitian.

b. Penyajian Data (*Data Display*)

Menyajikan data yaitu penyusunan sekumpulan informasi yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan penarikan tindakan. Dalam penelitian kualitatif, penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* atau sejenisnya. Dalam penelitian ini, secara teknis data-data akan disajikan dalam bentuk teks naratif, tabel, foto, bagan.

c. Penarikan Kesimpulan (*Conclusion Drawing*)

Langkah ketiga dalam analisis data menurut Miles dan Huberman adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan dalam penelitian kualitatif adalah merupakan temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada. Dengan demikian kesimpulan dalam penelitian kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak karena masalah dan rumusan masalah dalam penelitian kualitatif masih bersifat sementara dan akan berkembang setelah penelitian berada di lapangan. Secara teknis proses penarikan kesimpulan dalam penelitian ini akan dilakukan dengan cara mendiskusikan data-data hasil temuan di lapangan dengan teori-teori yang dimasukkan dalam bab tinjauan pustaka.

Instrumen dalam penelitian ini adalah: lembar pengamatan, angket, pedoman wawancara,

lembarpencermatan, dokumentasi, dan skala pengukuran psikologi. Sedangkan prosedurnya, berawal dari Rumusan Masalah – indikator – pernyataan – diolah – diinterpretasi – disimpulkan. Bagan analisis data model interaktif Miles dan Huberman di atas menjelaskan bahwa dalam melakukan analisis data kualitatif dapat dilakukan bersamaan dengan proses pengumpulan data. Proses yang bersamaan tersebut meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Keabsahan data (*trust worthiness*) dalam proses penetapannya diperlukan teknik pemeriksaan. Sugiyono menyebutkan dalam penelitian kualitatif uji keabsahan datanyadilakukan dengan beberapa langkah, di antaranya sebagai berikut:

Derajat Kepercayaan (*Credibility*).

Penerapan kriteria derajat kepercayaan pada dasarnya menggantikan konsep validitas internal dari nonaktualitatif. Kriteria ini berfungsi melaksanakan inkuiri sedemikian rupa sehingga tingkat kepercayaan penemuannya dapat dicapai. Salah satu hal yang dapat menunjukkan derajat kepercayaan hasil-hasil penemuan dengan jalan pembuktian oleh peneliti pada kenyataan ganda yang sedang diteliti. Kegiatan-kegiatan yang dilakukan untuk memeriksa kredibilitas atau derajat kepercayaan antara lain:

Triangulasi

Yakni berupaya untuk mengecek kebenaran data tertentu dan membandingkannya dengan data yang diperoleh dari sumber lain, pada berbagai fase penelitian lapangan, pada waktu yang berlainan dan dengan metode yang berlainan dengan berbagai cara, yaitu :

Triangulasi sumber: Untuk menguji kredibilitas data, peneliti mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber yang menjadi cara dalam proses triangulasi sumber. Data dari beberapa sumber yang dijadikan untuk uji kredibilitas dideskripsikan, dikategorisasikan mana pandangan yang sama, mana pandangan yang berbeda, dan mana spesifik dari sumber data tersebut serta tidak bisa dirata-ratakan seperti dalam penelitian kuantitatif. Data yang telah dianalisis oleh peneliti sehingga menghasilkan suatu kesimpulan selanjutnya dimintakan kesepakatan dengan sumber data tersebut.

Triangulasi teknik

Untuk menguji kredibilitas data langkah lainnya adalah dengan cara triangulasi teknik yang dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda. Misalnya data yangdiperoleh dengan wawancara, lalu dicek dengan observasi, dokumentasi, atau kuesioner. Bila dengan teknik pengujian kredibilitas data tersebut, menghasilkan data yang berbeda-beda, maka peneliti melakukan diskusi lebih lanjut kepada sumber data yangbersangkutan atau yang lain.

Triangulasi waktu

Waktu juga sangat mempengaruhi kredibilitas data. Misalnya data yang dikumpulkan dengan teknik wawancara di pagi hari pada saat narasumber masih segar, belum banyak masalah, sehingga akan memberikan data yang lebih valid dan lebih kredibel. Untuk itu dalam rangka pengujian kredibilitas data dapat dilakukan dengan cara melakukan pengecekan dengan wawancara, observasi,

atau teknik lain dalam waktu atau situasi yang berbeda. Bila hasil uji menghasilkan data yang berbeda, maka dilakukan secara berulang-ulang sehingga sampai ditemukan kepastian datanya.

Kecukupan Referensial

Kecukupan Referensial yaitu mengumpulkan berbagaibahan-bahan, catatan-catatan atau rekaman-rekaman yang dapat digunakan sebagai referensi dan patokan untuk menguji sewaktu diadakan analisis dan penafsiran data.

Keteralihan (*Tranferability*)

Pemeriksaan keteralihan data dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik uraian rinci, yaitu dengan melaporkan hasil penelitian seteliti dan secermat mungkin yang menggambarkan konteks lokasi penelitian diselenggarakan. Dengan demikian, pembaca menjadi jelas atas hasil penelitian tersebut sehingga dapat memutuskan dan dapat atau tidaknya mengaplikasikan hasil penelitian tersebut ke tempat lain. Untuk melakukan keteralihan, peneliti berusaha mencari dan mengumpulkan data kejadian empiris dalam konteks yang sama.

Kebergantungan (*Dependability*)

Uji kebergantungan dalam penelitian ini dilakukan dengan melakukan pemeriksaan terhadap keseluruhan proses penelitian. Untuk mengetahui, mengecek, serta memastikan hasil penelitian ini benar atau salah, peneliti akan mendiskusikannya dengan *expert djudment* secara setahap demi setahap mengenai data-data yang dihasilkan di lapangan.

Kepastian (*Confirmability*)

Dalam penelitian kualitatif, uji kepastian mirip dengan uji kebergantungan, sehingga pengujiannya dapat dilakukan secara bersamaan. Menguji konfirmabiliti berarti menguji hasil penelitian, dikaitkan dengan proses yang dilakukan dalam penelitian, jangan sampai proses tidak ada tetapi hasilnya ada. Kepastian yang dimaksud berasal dari konsep objektivitas, sehingga dengan di sepakati hasil penelitian oleh banyak orang, maka hasil tidak lagi subjektif tetapi sudah objektif. Hal yang peneliti akan lakukan untuk menguji kepastian ini adalah dengan melakukan seminar terbuka dengan mengundang teman sejawat, pembimbing serta pembahas.

4. Hasil dan Diskusi

Secara psikologis, korban kekerasan mengalami stres dan trauma berat yang membutuhkan konseling psikologis untuk memulihkan kondisi kejiwaan mereka akibat pengalaman tidak menyenangkan tersebut. Dalam memahami masalah trauma psikologis, memaparkan proses mengatasi stress akibat trauma melalui dua konsep. Konsep pertama menjelaskan lima fase yang dialami seseorang hingga akhirnya subjek menerima situasi trauma yang terjadi. Fase pertama, orang akan merasa terguncang pasca-peristiwa traumatis. Tahap berikutnya, ia akan menyangkal, marah pada peristiwa yang terjadi dan terhadap diri sendiri. Setelah itu, ia akan merasa tidak berdaya dan kehilangan gairah hidup. Setelah mengalami semua hal tersebut, perlahan-lahan subjek akan perlahan-lahan akan menerima keadaan, pada saat tersebut, harapannya akan masa depan kembali tumbuh. Adapun konsep pemulihan yang kedua, proses pemulihan berlangsung secara berbeda, tergantung pada masing-masing individu. Ada banyak faktor yang bisa membuat orang segera mampu meningkatkan proses pemulihan di antaranya dukungan sosial dari orang lain, terjaminnya situasi yang

aman dan nyaman, rasa kebersamaan dengan orang sekitar, dan bantuan proses pemulihan. Pada penerapan intervensi terapi DEPTH sebagai salah satu bantuan proses pemulihan subjek yang mengalami trauma psikis yang dikarenakan oleh kekerasan yang dialami, sehingga terapi DEPTH merupakan salah satu upaya untuk mengantarkan korban kekerasan hingga pada tahap berdaya dalam menyelesaikan persoalannya. Tingkat keberdayaan ini diukur melalui beberapa indikator, di antaranya control diri dan tanggung jawab yang semakin meningkat, keinginan untuk berubah, menghargai diri sendiri, bersemangat, mampu mengontrol emosi, mengungkapkan perasaan lewat kata-kata, memasrahkan masalah pada Tuhan, dan penerimaan diri.

Intervensi DEPTH (Deep Psych Tapping Technique) adalah salah satu dari banyak metode yang berkembang untuk membantu klien untuk mengatasi masalah mereka. Teknik semacam ini memiliki keunikan dalam dasar terminologi filosofis, serta tahapan diambil dalam aplikasi. Terapi DEPTH dirancang untuk menyeimbangkan fisiologis manusia dengan aspek psikologis dan spiritual manusia. Metode atau teknik ini dapat diimplementasikan melalui peer konseling maupun melalui praktek secara kelompok. Model terapi ini menjadi tantangan tersendiri bagi terapis dalam menerapkan model terapi DEPTH karena menuntut konsentrasi dan ketrampilan yang mumpuni dalam mempelajari DEPTH.

Intervensi terapi psikologis sebagai layanan bantuan kemanusiaan memiliki beberapa tokoh yang masing-masing memberikan kontribusi dalam landasan menurut pandangan setiap pencetus. Sigmund Freud tokoh psikoanalisa mendefinisikan manusia dari aspek instinknya untuk memperoleh kepuasan yang disebut principle of pleasure. Artinya seseorang beraktivitas semata-mata demi mengejar kepuasan bagi dirinya. Akibat dari dorongan seperti ini, klien yang mengalami gangguan psikologis dibantu untuk bermimpi. Selanjutnya, Albert Ellis menggambarkan bahwa manusia dapat dipandang dari cara berfikir yang rasional maupun irrasional di dalam merespon suatu obyek di luar dirinya. Individu yang mengalami gangguan adalah yang memikirkan sesuatu hal yang keyakinannya tidak mantap dan menempatkan keyakinan pada sisi di luar kewajaran. Menurut Ellis, terapi terhadap manusia berkeyakinan irrasional menjadi rasional. Sama halnya dengan terapi diagnetik yang memandang individu bermasalah tersebut dari pikiran kreatif yang beroperasi di bawah kesadaran akibat dari pengalaman traumatis yang dialami. Kekuatan pikiran reaktif menurut

L. Ron Hubb Ard memiliki kemampuan untuk menggeser pikiran analitik. Perlakuan terhadap orang yang mengalami gangguan dilakukan dengan cara membawa klien ke peristiwa masa lalu, mengingat peristiwa traumatis yang dalam hal ini adalah pengalaman kekerasan yang pernah dialami kemudian diganti dengan pengalaman menyenangkan di masa kini.

Penelitian tindakan memiliki tujuan dan prinsip dasar yaitu untuk meningkatkan praktik daripada memproduksi pengetahuan. Prinsip dasar penelitian tindakan yaitu berfokus pada praktik sosial, bertujuan untuk peningkatan keadaan, merupakan proses siklus, diikuti dengan temuan sistematis; merupakan proses reflektif, bersifat partisipatif, dan topic atau masalahnya ditentukan oleh pelaksana. (Muljono, 2016). Penelitian Action Research bertujuan memecahkan masalah khusus dalam suatu program, organisasi atau masyarakat. Action Research menjadi bagian dari proses perubahan dengan mengikutsertakan orang-orang dalam program atau organisasi untuk mempelajari masalah mereka sendiri untuk kemudian memecahkannya.

Hasil penghitungan skala kebermaknaan hidup yang mengacu pada karakteristik individu yang menghayati hidup bermakna menurut Bastaman (2007), yaitu: a). menunjukkan corak kehidupan yang penuh semangat dan gairah hidup, serta jauh dari persaan hampa dalam menjalani kehidupan sehari-hari; (b). tujuan hidup yang jelas sehingga kegiatan-kegiatan menjadi lebih terarah, c). melakukan tugas dan pekerjaan sehari-hari dengan semangat dan bertanggung jawab sebagai sumber kepuasan dan kesenangan tersendiri, d). mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan, 3) mampu menemukan aneka ragam pengalaman baru dan hal-hal yang menarik yang menambah kekayaan pengalaman hidup, f). menyadari adanya hikmah di dalam penderitaan yang dialami, g). bunuh diri tidak pernah terlintas dalam pikiran, h) kemampuan untuk menemukan tujuan-tujuan pribadi dan menemukan makna hidup merupakan sesuatu yang sangat berharga dan tinggi nilainya, i). usaha memenuhi makna hidup merupakan tantangan yang dilakukan secara bertanggung jawab, j). mampu mencintai dan menerima cinta kasih orang lain.

Tabel 1 Matriks Penilaian ‘Program Terapi DEPTH dalam meningkatkan kebermaknaan hidup remaja korban kekerasan’

Kategori	Keterampilan	Deskripsi	Matrix	Capaian
Afektif	Melatih Kembali pernafasan	Bernafas lewat diafragma lambat- lambat dan dalam-dalam untuk menurunkan kecemasan dan stress	4	Berkembang dengan baik
Afektif Amarah	Mengendalikan kemarahan	Mengelola amarah melalui penghentian pikiran, melatih relaksasi, melatih pemecahan masalah (<i>problem-solving</i>)	4	Berkembang dengan baik
Afektif-Impulsif	Manajemen Kontingensi	Manajemen kontingensi menggunakan prinsip-prinsip perubahan perilaku untuk mengatasi impulsivitas dan melatih pengendalian diri	3	Berkembang dengan baik
Afektif suasana Hati	Keterampilan Perilaku	Pembentukan keterampilan behavioural secara kognitif untuk manajemen suasana hati	4	Berkembang dengan baik
Kognitif	Defusi kognitif	Belajar untuk tidak menerima pikiran-pikiran yang muncul sekilas atau yang dinilai secara sekilas	4	Berkembang dengan baik
Kognitif	<i>Cognitive Restructuring</i>	Belajar untuk menolak distorsi-ditorsi kognitif, dan menggantikannya dengan pikiran-pikiran yang lebih sehat	3	Berkembang dengan baik

Kognitif	<i>Penyadaran Penuh (mindfulness)</i>	Membangun kesadaran yang penuh tentang apa yang ada (dari pengalaman langsung) melalui kontak dengan momen saat ini, penerimaan, dan sebagainya.	4	Berkembang dengan baik
Toleransi Hendaya	<i>Penerimaan psikologis</i>	Belajar untuk menerima (bukannya melawan) pikiran dan perasaan yang tidak diinginkan melalui pengefektifan, pengaturan emosi, toleransi hendaya dan mindfulness.	4	Berkembang dengan baik
Toleransi Hendaya	<i>Toleransi Hendaya</i>	Mengalami peristiwa-peristiwa pribadi yang sulit namun tanpa membiarkan mereka menjadi pengganggu bagi tujuan-tujuan hidup	3	Berkembang dengan baik
Melatih Keterampilan khusus	<i>Keterampilan-keterampilan keluarga</i>	Melatih orang tua dan anak untuk memperbaiki fungsi keluarga	3	Berkembang dengan baik
Toleransi Hendaya	<i>Pengaturan emosi</i>	Belajar untuk mempengaruhi bagaimana emosi- emosi dialami dan diekspresikan	3	Berkembang dengan baik
Toleransi Hendaya	<i>Manajemen rasa sakit atau mengatasi masalah</i>	Keterampilan- keterampilan untuk mengatur diri sendiri dan mengelola stress untuk mengatasi masalah (coping) yang berupa kesendirian, basic ancietas	3	Berkembang dengan baik
Toleransi Hendaya	<i>Relaksasi</i>	Menggunakan teknik-teknik seperti peregangan dan pengendoran otot, imajinasi terpadu dan pengendalian petunjuk untuk mengembangkan relaksasi dan meredakan ketegangan/tekanan	4	Berkembang dengan baik
Toleransi Hendaya	<i>Pencegahan respons</i>	Membuat klien terpapar situasi- situasi yang memunculkan Kecemasan sembari mencegah perilaku melarikan diri atau menghindar: membantu pemunahan terhadap respons yang ditakuti	3	Berkembang dengan baik
Toleransi Hendaya	<i>Manajemen stress</i>	Format tipikal pelaksanaannya adalah terapi kelompok (8-10 sesi). Komponen-komponen penanganan yang tipikal meliputi keterampilan mengatasi masalah dengan berfokus kepada masalah, desensitisasi sistematis, pernapasan diafragmatik, dan penghentian kognitif dengan tujuan mereduksi	4	Berkembang dengan baik

		tingkatan stres		
Melatih Keterampilan khusus-komunikasi	<i>Asetivitas (menjadi tegas)</i>	Belajar untuk mengemukakan dan menolak permintaan orang lain, dan mengomunikasikan opini-opini dan perasaan – perasaan yang kuat	3	Berkembangan dengan baik
Melatih Keterampilan khusus-komunikasi	<i>Komunikasi atau Pemecahan masalah yang dihadapi</i>	Penekanan terhadap perilaku mendengar dan berbicara, dan ketrampilan memecahkan masalah (problem solving)	4	Berkembangan dengan baik
Melatih Keterampilan khusus	<i>Keterampilan menjalin hubungan antar pribadi</i>	Mengembangkan keterampilan-keterampilan antar pribadi sebagai cara untuk menghadapi agresi, kecemasan, depresi dan untuk meningkatkan efektivitas di komunitas masyarakat/ keluarga	3	Berkembangan dengan baik
Melatih Keterampilan khusus-pendidikan	<i>Manajemen ruang panti</i>	Prosedur-prosedur yang proaktif dan reaktif untuk menolong guru-guru dan pendamping panti Mempertahankan ketertiban berinteraksi di lingkungan sekitar	3	Berkembangan dengan baik
Melatih Keterampilan khusus-parenting	<i>Pengamanan atau pencegahan kekerasan</i>	Program pelatihan perilaku bagi orang tua untuk membantu mereduksi pengabaian dan penganiayaan terhadap anak	3	Berkembangan dengan baik

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan, pada awalnya para subjek merasakan trauma dan stress yang diakibatkan oleh kekerasan yang dialaminya. Peristiwa yang dialaminya dianggap sebagai suatu keadaan yang terjadi pada saat subjek dipaksa untuk melakukan atau menghadapi suatu adaptasi, harus menguasai serta mengatasi situasi yang memicu perubahan dari status normal menjadi status yang berubah memburuk atau membaik. Sarafino (Hardjana, 1993) menyatakan bahwa, stress merupakan suatu kondisi yang dihasilkan saat seseorang dan lingkungannya bertransaksi, baik secara nyata atau tidak nyata, antara tuntutan situasi dan sumber-sumber yang ada pada individu terkait kondisi biologis, psikologis, atau psikososial. Adanya stress karena sebagai akibat dari tuntutan yang melebihi batas kemampuan seseorang untuk memenuhinya. Apabila seseorang belum mampu memenuhi tuntutan kebutuhan yang ada, maka seseorang akan merasakan suatu ketegangan di dalam dirinya. Ketegangan dalam menghadapi permasalahan yang dihadapinya, remaja yang mengalami kekerasan tersebut membutuhkan dukungan sosial dan lingkungan yang menerimanya.

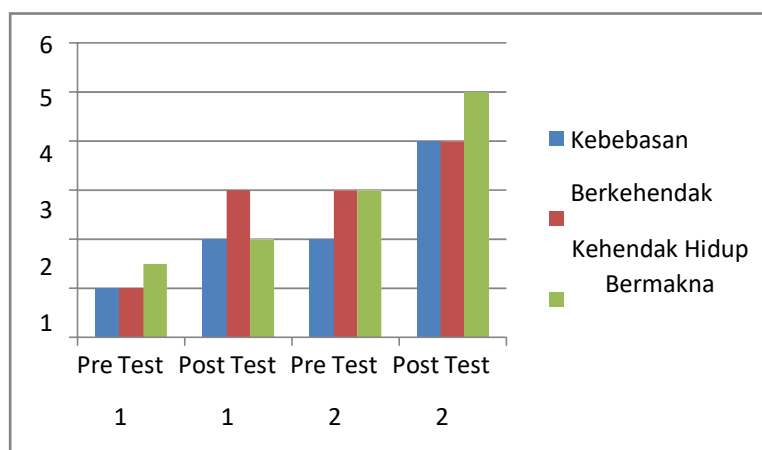
Dalam hal dukungan sosial dan lingkungan yang mendukung, berdasarkan hasil observasi awal, diketahui bahwa subjek penelitian remaja yang pernah mengalami kekerasan memiliki antusiasme yang baik dalam

memperhatikan materi yang diberikan tentang teknik coping stress dan upaya pemulihan dari trauma yang pernah dialami. Ketika mereka diberi stimulus berupa sosialisasi pelatihan dan training terapi DEPTH yang berkaitan dengan pemulihan psikologis remaja-remaja korban kekerasan tersebut dapat merespons dengan baik.

Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman remaja-remaja tentang bullying sudah cukup baik, dan mereka juga mampu menerapkan perilaku-perilaku yang sesuai dan tidak sesuai untuk diterapkan dalam bersosialisasi. Melalui pengamatan yang dilakukan juga beberapa remaja mengaku sempat melihat perlakuan bullying oleh teman-temannya di sekolah, namun demikian, remaja-remaja dan remaja di Korban kekerasan tersebut mampu mengidentifikasi bahwa perilaku membully teman merupakan perilaku yang tidak layak dilakukan.

Dalam diskusi yang dilakukan dengan remaja-remaja dan remaja korban kekerasan tersebut, mereka juga telah dapat mengidentifikasi tindakan pencegahan dan cara mengatasi bullying yang tepat, hal ini diketahui setelah remaja-remaja tersebut diberi stimulus dengan menonton film pendek kartun tentang bullying, kemudian di akhir film remaja-remaja diminta untuk mengidentifikasi pemeran baik dan jahat dalam film tersebut, dan mereka dapat mengidentifikasinya dengan baik. Kemudian, remaja-remaja korban kekerasan untuk memahami konflik yang dialami oleh tokoh utama dalam film yang kerap dibully oleh temannya, dan remaja-remaja (santri) di korban kekerasan asuhan tersebut juga dapat memahami konflik yang terjadi dalam film, dan bagaimana cara mengatasi konflik tersebut. Remaja-remaja yang menjadi korban kekerasan juga mampu untuk mengidentifikasi perilaku-perilaku pencegahan yang dapat dilakukan untuk menghindari dari perilaku bullying sesuai yang merekaaksikan di dalam film kartun tersebut.

Gambaran Kebermaknaan Hidup Remaja Korban Kekerasan Relawan PKBI Jawa Tengah sebelum dan sesudah diberikan intervensi rikan terapi DEPTH digambarkan dalam diagram berikut:



Gambar 01. Diagram gambaran kebermaknaan hidup

Menurut Frankl (dalam Bastaman 2007), terdapat tiga komponen kebermaknaan hidup, dimana satu dan lainnya mempunyai hubungan yang erat dan saling mempengaruhi. Ketiga komponen tersebut adalah:

- a. Kebebasan berkehendak (*freedom of will*): Kebebasan berkehendak adalah kebebasan yang dimiliki oleh orang seseorang untuk menentukan sikap baik terhadap

kondisi lingkungan maupun kondisi diri sendiri dalam hidupnya dan menentukan apa yang dianggap penting dan baik bagi dirinya.

- b. Kehendak hidup bermakna (*will to meaning*): Setiap orang menginginkan dirinya menjadi orang yang bermartabat dan berguna bagi dirinya sendiri, keluarga, lingkungan kerja, masyarakat sekitar dan berharga di mata Tuhan.
- c. Makna Hidup (*meaning of life*): sesuatu yang dianggap penting, benar dandidambakan serta member nilai khusus bagi seseorang. Kehidupan akan memuaskan dan individu akan mampu mengatasi berbagai kesulitan dan masalah dalam hidupnya apabila kehidupannya memiliki makna.

Bastaman (2007) menyatakan, individu yang mengenali dan memahami diri sangat bermanfaat untuk mengembangkan potensi-potensi dan segi-segi positif serta usaha dalam mengurangi segi-segi negatif dalam diri individu itu sendiri. Individu yang memahami diri mampu menerima dan menghargai dirinya serta kehidupannya berdasarkan nilai-nilai yang diyakini dan dianggap berharga oleh individu itu sendiri (Bastaman., 2007).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti pada remaja korban kekerasan di Jawa Tengah, subjek awal sebelum diberikan terapi DEPTH belum mampu mengembangkan konsep diri yang positif berdasarkan penilaian-penilaian pribadi mereka terhadap diri mereka sendiri. Frank menjelaskan mengenai individu yang sehat dalam memperoleh makna hidup, yaitu individu yang menemukan makna hidupnya melalui realisasi manusia (Bastaman., 2007; Wong, 2014). Berdasarkan hasil penelitian, remaja yang mengalami kekerasan setelah diberikan terapi DEPTH mampu untuk memahami pribadinya yang buruk hingga berusaha untuk melupakan masa lalunya dengan melakukan tindakan positif dalam hal memandang masalah yang terjadi atas kehidupannya. Sebagian besar subjek meningkat kebermaknaan hidupnya dengan melakukan coping stress baik dengan problem focused coping dan emotion focused coping.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala kebermaknaan hidup, skala tersebut disusun berdasarkan aspek-aspek yang terdapat di dalam proses kebermaknaan hidup. Oleh karenanya, gambaran kebermaknaan hidup dapat ditinjau baik secara umum

maupun khusus (ditinjau dari tiap aspek). Berikut merupakan gambaran kebermaknaan hidup yang ditinjau secara umum dan khusus.

Tabel 2. Aspek Penilaian Kebermaknaan Hidup Remaja

Komponen	Indikator
Kebebasan berkehendak	Kebebasan untuk menentukan sikap baik terhadap kondisi diri sendiri dalam hidupnya
	Bebas menentukan apa yang dianggap penting dan baik bagi dirinya
	Kebebasan untuk mengubah kondisi hidup guna meraih kondisi hidup yang berkualitas
	Kebebasan yang disertai dengan tanggung jawab
Kehendak Hidup Bermakna	Ingin menjadi orang yang bermartabat dan berguna bagi dirinya sendiri, keluarga, lingkungan teman sebaya, lingkungan perhaulan, lingkungan pendidikan, lingkungan sekolah, lingkungan kerja, masyarakat sesubjekr dan berharga di mata Tuhan
	Mempunyai cita-cita dan tujuan hidup yang jelas dan penting yang akan diperjuangkan dengan penuh semangat

	Mendambakan diri sebagai orang yang bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri
	Ingin dicintai dan mencintai orang lain karena diri akan merasa berharga, berarti, dan bahagia
	Mampu menentukan sendiri apa yang akan dilakukannya dan apa yang paling baik bagi dirinya dan lingkungannya
Makna Hidup	Sesuatu yang dianggap penting, benar dan didambakan
	Menemukan makna hidup melalui sikap terhadap penderitaan
	Memberi Nilai Khusus
	Menemukan makna hidup dengan mengalami sesuatu atau melalui seseorang
	Menemukan makna hidup melalui sikap terhadap penderitaan

Berdasarkan penggolongan kriteria analisis yang sudah disajikan pada tabel berikut, dimana dalam hal ini jumlah item yang ada sebanyak 21 item, maka gambaran umum kebermaknaan hidup pada korban kekerasan yang menjadi relawan di PKBI Jawa Tengah, dapat dinyatakan sebagai berikut :

$$\begin{aligned}
 \text{Jumlah Item} &= 22 \\
 \text{Skor tertinggi} &= 22 \times 4 = 88 \\
 \text{Skor terendah} &= 22 \times 1 = 22 \\
 \text{Mean Teoritik} &= (\text{Skor tertinggi} + \text{Skor Terendah}) : 2 \\
 &= (88+22): 2 \\
 &= 55 \\
 \text{Standar Deviasi} &= (\text{Skor tertinggi} - \text{Skor Terendah}) : 6 \\
 &= (88 - 22) : 6 \\
 &= 11
 \end{aligned}$$

Gambaran secara umum kebermaknaan hidup subjek berdasarkan perhitungan di atas diperoleh $M = 55$ dan $SD = 11$. Selanjutna dapat diperoleh perhitungan sebagai berikut:

$$\text{Mean} - 1,0 \text{ SD} = 55 - 11 = 44$$

$$\text{Mean} + 1,0 \text{ SD} = 55 + 11 = 66$$

Berdasarkan perhitungan yang sudah dilakukan tersebut, diperoleh distribusi frekuensi kebermaknaan hidup remaja korban kekerasan yang menjadi subjek dalam penelitian ini sebagai berikut:

Sebelum diberikan intervensi Terapi DEPTH dari $N = 30$

Kriteria	Interval	Σ Subjek	%
Tinggi	$66 \leq X$	5	17 %
Sedang	$44 \leq X < 66$	10	33 %
Rendah	$X < 44$	15	50 %
Keterangan:	Hampir separo dari keseluruhan jumlah subjek memiliki Kebermaknaanhidup pada kategori rendah		

Setelah diberikan intervensi Terapi DEPTH dari $N = 30$

Kriteria	Interval	Σ Subjek	%
Tinggi	$66 \leq X$	10	33 %
Sedang	$44 \leq X < 66$	20	67 %
Rendah	$X < 44$	0	0 %
Keterangan:	Ada peningkatan kebermaknaan hidup subjek setelah diberikan intervensi		

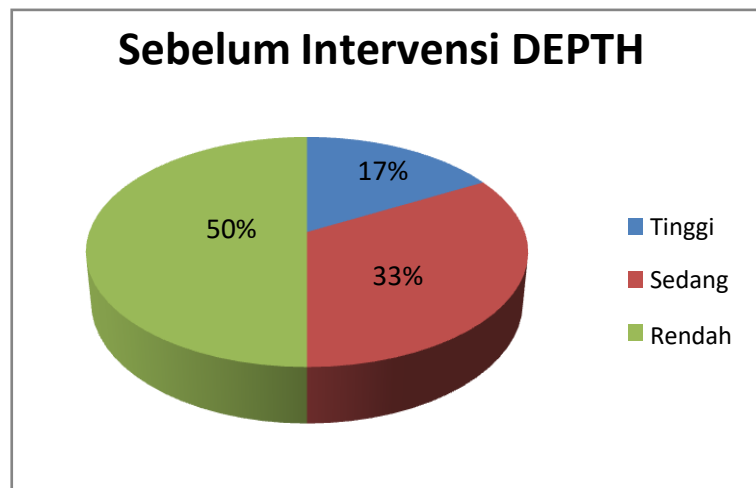
Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa apabila subjek penelitian mempunyai skor kurang dari 44 berarti subjek penelitian memiliki tingkat kebermaknaan hidup dalam kriteria rendah. Subjek penelitian yang mempunyai skor 44 sampai dengan 66 berarti subjek memiliki tingkat kebermaknaan hidup dalam kriteria sedang. Subjek penelitian yang memperoleh skor mulai dari 66 maka subjek penelitian memiliki tingkat kebermaknaan hidup dalam kriteria tinggi.

Terlihat pada tabel sebelum diberikan intervensi DEPTH di atas, bahwa hampir separo dari keseluruhan subjek memiliki kebermaknaan hidup yang tergolong rendah yang disebabkan kekerasan yang dialaminya. Hal tersebut ditunjukkan dengan persentase subjek yang tergolong kriteria

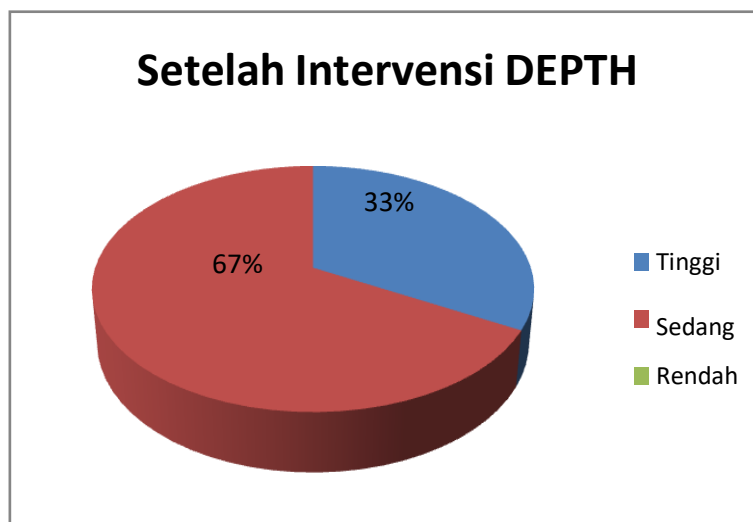
rendah berjumlah 50 % atau 15 subjek, sedangkan 33 % atau 10 subjek tergolong kriteria sedang, dan 17 % atau 5 subjek tergolong pada kriteria tinggi.

Begitu pula terlihat pada tabel setelah diberikan intervensi DEPTH kebermaknaan remaja korban kekerasan mengalami perubahan, subjek memiliki kebermaknaan hidup yang tergolong sedang. Hal tersebut ditunjukkan dengan peningkatan persentase yang semakin meningkat dengan persentase subjek yang tergolong kriteria sedang berjumlah 67% atau 20 subjek, sedangkan 33% atau 10 subjek tergolong kriteria tinggi, dan tidak ada subjek yang masuk pada kriteria rendah. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar diagram persentase kebermaknaan hidup remaja korban kekerasan yang menjadi relawan di PKBI JawaTengah:

Gambar 01. Diagram Kebermaknaan Hidup Subjek sebelum Diberikan



Intervensi DEPTH



Gambar 02. Diagram Kebermaknaan Hidup Subjek setelah Diberikan Intervensi DEPTH

Beck sendiri membuat simtom-simtom depresi menjadi simtom-simtom emosional, kognitif, motivasional dan vegetative fisik. Simtom emosional subjek yang mengalami kekerasan merupakan perubahan perasaan atau tingkah laku yang merupakan akibat langsung dari keadaan perasaan subjek (Fu'ady, 2011). Simtom kognitif merupakan manifestasi kognitif terkait adanya penilaian diri yang rendah, harapan-harapan yang negative, menyalahkan dan mengkritik diri sendiri, tidak dapat memutuskan dan adanya distorsi body image. Simtom Motivasional, berkaitan dengan hasrat dan ketergugahan penderita yang cenderung regresif yang dikaitkan dengan aktivitas yang dilakukan, derajat tanggung jawab atau dengan banyaknya energy yang akan digunakan. Perwujudan gejala vegetatif dan fisik benar-benar dupertimbangkan peneliti sebagai bukti untuk melihat gangguan otonom yang bertanggung jawab terhadap keadaan depresi.

Kebermaknaan hidup adalah suatu kondisi dimana seseorang telah mampu menemukan makna dalam setiap pengalaman hidupnya dan mempunyai tujuan hidup yang jelas. Pada akhirnya akan merasakan bahwa setiap detik kehidupannya sangat berharga. Kebermaknaan hidup mempunyai tiga aspek yaitu kebebasan

berkehendak, kehendak hidup bermakna serta makna hidup. Dalam penelitian ini subjek diukur tingkat kebermaknaan hidup mereka, sebelum diberikan intervensi DEPTH dan setelah diberikan intervensi DEPTH.

Berdasarkan analisis deskriptif diperoleh gambaran secara umum bahwa kebermaknaan hidup para remaja korban kekerasan yang menjadi relawan PKBI Jawa Tengah setelah diberikan intervensi DEPTH tergolong pada kategori sedang dengan presentasi 67% atau 20 subjek, sedangkan sisanya 33% atau 10 subjek pada kategori tinggi. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar subjek setelah diberikan intervensi DEPTH sudah semakin meningkat kebermaknaan hidup mereka. Para remaja korban kekerasan setelah diberikan intervensi dengan mengikhlaskan dan menerima keadaan yang pernah dialaminya merasa lega dan merasa bebas dalam mengambil sebuah tindakan untuk bangkit kembali menata masa depannya. Remaja yang mengalami kekerasan pada akhirnya merasakan kembali indahnyanya cinta dan kasih sayang karena mereka yakin bahwa dengan mencintai orang lain hidup mereka akan lebih indah meskipun setiap teringat kembali peristiwa yang tidak menyenangkan masih menilai kehidupannya sia-sia dan kecewa.

Dari pernyataan beberapa subjek, bentuk-bentuk kekerasan yang dialami adalah kekerasan fisik, kekerasan psikis, dan ada tiga subjek yang mengalami bentuk kekerasan seksual dan penelantaran. Hasil penelitian menyebutkan bahwa ternyata baik pihak remaja sebagai korban, maupun pelaku kekerasan mempunyai karakteristik tertentu. Karakteristik remaja korban kekerasan adalah di antaranya: mempunyai penghargaan terhadap diri sendiri (self esteem) yang rendah, sehingga cenderung pasrah dan mengalah; berwajah tidak berdaya, tetapi sangat kuat dalam menyembunyikan keadaan yang sebenarnya; stress yang dideritanya menimbulkan keluhan fisik tertentu (sakit kepala, gangguan pencernaan); yakin bahwa tidak ada orang lain yang mampu menolong penderitaannya; peristiwa yang dialami berusaha ditutup-tutupi dan menganggap sebagai sesuatu yang wajar. Adapun karakteristik pelaku kekerasan dalam penelitian ini, di antaranya adalah: mempunyai penghargaan terhadap diri sendiri (self-esteem) yang tinggi (sehingga dimunculkan sikap sangat berkuasa); menyalahkan orang lain sebagai pemicu kemarahannya; menjadikan stress sebagai alasan untuk mengasari orang lain; menderita kekerasan di masa kecilnya; tidak percaya bahwa perilakunya mengandung akibat negatif.

Beberapa problem psikologis yang dialami oleh remaja yang mengalami korban kekerasan dalam penelitian ini adalah: korban berada dalam siklus kekerasan berulang dan kronis; berada pada situasi yang membingungkan antara ketakutan, benci, kasih sayang, kewajiban dan norma sosial; korban kekerasan sering harus menghadapi persoalan atau penderitaannya sendiri, atau sulit mengakses pertolongan; dampak pribadi remaja yang kehidupannya berada di lingkungan kekerasan berpeluang lebih besar bahwa hidupnya dibimbing oleh kekerasan; remaja yang menjadi saksi dan korban kekerasan akan mengalami trauma dan berpeluang untuk berperilaku anti sosial dan depresi, perasan tegang dan takut; menghindari situasi-situasi tertentu, gelisah, takut tidur, mimpi buruk, dan seolah seperti mengalami kembali peristiwa traumatisnya; figur terhadap orang tua menjadi kabur, serta yang tidak sedikit pula menjadi pelaku kekerasan.

Berdasarkan hasil wawancara terdapat beberapa dampak yang mempengaruhi dinamika psikologis subjek setelah mengalami pengalaman traumatis tersebut, diantaranya adalah: malu, takut, tidak percaya diri, minder, sakit hati, merasa tidak dihargai, dibanjiri dan perasaan yang lain. Berdasarkan hasil penelitian anak yang mengalami kekerasan seksual yang dialami oleh remaja cenderung membuatnya menjadi malu bahkan dalam hal ini akan membuatnya menjauhi lingkungan sekitarnya. Padahal peran keluarga sangatlah penting untuk membantu dan melindungi anak namun sebaliknya fungsi di dalam keluarga sudah tidak seutuhnya berjalan sebagai mana seharusnya. Dari peristiwa tersebut mereka anak yang mengalami kekerasan seksual akan sulit untuk biasa beradaptasi kembali seperti biasanya karena malu yang dirasakan.

Rasa takut menjadi korban kekerasan seksual juga akan melahirkan masalah baru di dalam kehidupan masyarakat seperti takut melihat orang asing, berada dirumah sendiri, ataupun menjadi takut apabila berpergian keluar rumah seorang diri, sehingga ruang gerak seseorangpun menjadi sempit. Karena, bahaya akan menjadi korban kekerasan seksual akan dialami oleh siapapun dan dimana saja.

Kekerasan seksual pada anak dapat terjadi di mana saja dan kapan saja serta dapat dilakukan oleh siapa saja, baik itu anggota keluarga, pihak sekolah, maupun orang lain. Kasus kekerasan seksual yang di alami oleh anak tentunya akan membuatnya menjadi takut untuk bertemu dengan keluarga, lingkungan sekitarnya. Karena hal ini sangat sensitive untuk bagi anak jika di pertanyakan mengenai pengalaman yang telat membuatnya menjadi takut, (Yuwono, 2015).

Seseorang yang pernah mengalami trauma kekerasan cenderung memicu perasaan minder pada dirinya. Remaja yang mengalami perasaan minder cenderung merasa tidak lebih baik daripada orang lain. Rasa ini tentu saja tidak baik untuk perkembangan mental. Seseorang yang punya tingkat rasa minder yang tinggi akan sangat sulit berkembang.

Subjek dalam penelitian ini beberapa mengungkapkan perasaan putus asa. Putus asa yang di alami oleh subjek akan menyebabkan putusnya harapan untuk mencapai cita-cita yang seharusnya anak memiliki cita-cita yang tinggi. Hal ini akan merusak generasi bangsa apabila perasaan putus asa yang di rasakan oleh remaja sudah ditanamkan sejak umurnya masih anak-anak.

Terdapat beberapa macam upaya yang dimunculkan oleh berapa subjek penyintas kekerasan seksual, diantaranya yaitu : bimbingan konseling, bimbingan mental spiritual, bimbingan kreatifitas dan beberapa terapi-terapi, yang diantaranya sebagai sebuah upaya yaitu intervensi terapi DEPTH.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, Bimbingan konseling yang diberikan kepada remaja yang mengalami tindakan kekerasan seksual akan sangat membantu menghilangkan perasaan takut yang di alami. Peran pekerja sosial dalam memberikan bimbingan konseling mampu mengatasi remaja yang mengalami trauma karena dalam kasus tersebut remaja sering diberikan motivasi untuk menjadi seseorang yang lebih baik.

Pentingnya peran pekerja sosial dalam membantu remaja memperoleh pendidikan agama akan sangat membantu remaja untuk menjadi remaja yang terbiasa mandiri dan berpegang teguh pada agama akan membuat remaja menjadi sadar bahwa remaja akan patuh dengan ajaran agama yang dipegang selain

itu peran pekerja sosial akan dapat membantu remaj untuk menerima keberadaan dirinya sebagaimana adanya, baik buruknya, kekuatan-kelemahan sebagai suatu yang telah di tetapkan oleh Tuhan, tetap juga harus berikhtiar, sehingga tidak perlu disesali, dengan begitu anak akan bisa tumbuh dan berkembang dengan kondisi yang sewajarnya.

Pada dasarnya seorang remaja memiliki potensi untuk mengembangkan kreatifitas, walaupun tingkat kreatifitasnya berbeda-beda. Kreatifitas seperti halnya setiap potensi lain, perlu diberikan kesempatan dan rangsangan oleh lingkungan sekitarnya. Untuk membantu remaja mengembangkan kreatifitasnya, anak perlu dilatih dalam keterampilan tertentu sesuai engan minat pribadinya dan diberi kesempatan untuk mengembangkan bakat atau talenta mereka.

Berkaitan dengan masalah kekerasan yang dialami subjek remaja dalam penelitian ini, diperlukan kemampuan katarsis. Katarsis adalah berusaha menuangkan emosi (sedih, marah, kecewa) yang terpendam yang dalam hal ini trauma kekerasan yang dialami di masa lalu. Jiwa seseorang berada pada system limbic otak manusia.

Sedangkan subjek yang masuk kategori tinggi berjumlah 10 orang atau 33%. Kebermaknaan hidup remaja korban kekerasan yang tergolong tinggi ditunjukkan dengan beberapa sikap antara lain: sudah menemukan tujuan hidup yang jelas, bertanggungjawab terhadap hidupnya sendiri dan telah menemukan sesuatu yang dinilai berharga. Remaja yang menjadi korban kekerasan telah memiliki kebermaknaan hidup tinggi karena subjek dapat menerima kejadian kekerasan dengan segala kepahitannya. Masa lalu yang cenderung menyakitkan berupa pengalaman trauma kekerasan lambat laun menjadi sebuah pengalaman yang penuh hikmah. Hidup menjadi penuh harapan dan tujuan. Aktivitas-aktivitas yang

ada dilakukan dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab sehingga menimbulkan rasa berharga. Keberhasilan menemukan makna hidup biasanya menimbulkan perasaan yang jauh dari hampa dan gersang, memiliki tujuan hidup, dan menjalani kegiatan penuh dengan semangat.

Kemudian berikut ini adalah beberapa upaya yang diharapkan oleh subjek penyintas kekerasan seksual, yaitu: identitas dapat disembuyikan; keberadaan pekerja sosial perempuan, dapat diterima di lingkungan tempat tinggal korban. Penyediaan pelayanan rehabilitasi kepada anak korban kekerasan seksual merupakan hal yang sangat dibutuhkan. Makna rehabilitasi dalam ketentuan ini meliputi pemulihan nama baik, tindakan pemulihan psikis dalam bentuk konseling dan bimbingan keagamaan.

Peran lingkungan masyarakat dalam proses pemulihan masalah kekerasan seksual juga sangat dibutuhkan. Seringkali lingkungan sekitarnya, termasuk keluarga kurang memberikan motivasi kepada anak sehingga anak yang telah menjadi korban kekerasan seksual dengan mengucilkannya dari pergaulan atau bahkan terusir dari kampung karena dianggap sebagai pembawa masalah, aib dan dosa.

Fenomena kekerasan seksual berdasarkan asumsi Weber maka tindakan kekerasan seksual lebih relevan menggunakan asumsi tindakan afektif karena tindakan ini berbeda dengan tindakan rasional instrumental dan tindakan rasionalitas berorientasi nilai, tindakan afektif tidak melalui pertimbangan yang sadar tindakan ini tercipta dengan spontan karena pengaruh emosi dan perasaan seseorang. Tipe tindakan sosial ini lebih didominasi perasaan atau emosi tanpa reflek intelektual dan perencanaan sadar. seseorang yang sedang mengalami perasaan kecewa dalam kasus kekerasan seksual akan membuatnya menjadi malu, takut, kecewa, minder bahkan putus asa pada dirinya. Tindakan ini benar-benar tidak rasional karena kurangnya pertimbangan logis, ideologis, atau kriteria rasional lainnya (Hidayat & Taufiqurrahman, 2021; Pahmi et al., 2024; Yusuf, 2009). Sehingga pendekatan dengan menggunakan pikiran bawah sadar akan sangat efektif.

Pikiran bawah sadar manusia akan merekam segala data tanpa filter. Pikiran bawah sadar manusia bagaikan spons yang menyerap apa saja yang masuk. Jika masa lalu, masa kecil, dan masa ketika manusia ada dalam kandungan dipenuhi dengan cerita bahagia, maka emosi-emosi positiflah yang terekam oleh pikiran bawah sadar tersebut; bahagia, senang, ceria, riang, lucu, dan sebagainya. Sebaliknya, jika masa lalu seseorang dipenuhi kisah menyedihkan, maka emosi-emosi negatiflah yang tersimpan. Emosi negatif adalah segala macam emosi yang identik dengan hal-hal buruk seperti marah, sakit hati, dendam, malu, minder, takut, panic, rasa bersalah, cemburu, dan rakus. Emosi negatif umumnya akan menghalangi individu untuk bereaksi secara wajar dalam menyikapi berbagai momen dalam hidup. (Suliswidiawati, 2015).

Kebermaknaan Hidup Berdasarkan Aspek Kehendak Hidup Bermakna yang ditunjukkan subjek diartikan sebagai sebuah kehidupan yang bisa bermanfaat bagi diri sendiri, lingkungan sosialnya dan berharga di hadapan Tuhan adalah impian sebagian besar manusia. Sebuah hasrat yang paling fundamental dalam diri manusia adalah kehendak hidup bermakna. Sebenarnya, kehendak hidup bermakna adalah hasrat yang memotivasi setiap orang untuk bekerja, berkarya dan melakukan kegiatan-kegiatan penting lainnya dengan tujuan agar hidupnya

bernilai dan bermakna. Kehidupan akan terasa indah, menemukan arah dan tujuan yang jelas dan jauh dari meaningless (hidup tanpa makna) jika kehendak hidup bermakna terpenuhi.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa sebagian besar para remaja korban kekerasan setelah diberikan intervensi DEPTH memiliki kehendak hidup bermakna dalam kategori sedang. Hal ini terlihat dari data penelitian, didapatkan 20 subjek 67% dengan kehendak hidup untuk bermakna tergolong dalam kategori sedang. Hal ini berarti bahwa mereka mempunyai keinginan yang cukup tinggi untuk ikut aktif berperan serta dalam setiap program yang ada baik program pribadi maupun program aktivitas masing-masing sesuai dengan perannya. Secara pribadi, para remaja korban kekerasan dalam penelitian ini belum sepenuhnya merasa berharga karena sesekali masih merasa kehilangan arah dan tujuan hidup. Kehendak hidup bermakna muncul dalam keinginan untuk menjadi orang berguna bagi dirinya sendiri, keluarga, lingkungan, lingkungan kampus, lingkungan kerja, masyarakat sekitar dan berharga di mata Tuhan (Bastaman., 2007; Budiarto et al., 2020; Wong, 2014). Setelah dilakukan intervensi DEPTH, para subjek dalam penelitian ini tidak ditemukan dengan kehendak hidup bermakna yang rendah dimana ditandai dengan tidak mempunyai motivasi untuk bekerja, membuat sebuah karya dan merasakan hidup berharga. Secara ringkas, dapat ditarik kesimpulan bahwa semua subjek dalam penelitian ini telah memiliki kehendak hidup bermakna.

Sisanya sebanyak 33% atau 10 subjek mempunyai motivasi yang tinggi untuk bekerja, berkarya dan melakukan kegiatan-kegiatan penting lainnya sehingga hidupnya dirasa berarti dan berharga. Para remaja korban kekerasan yang memiliki kehendak hidup bermakna kategori tinggi sudah sepenuhnya mampu memahami bahwa dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang penting setelah peristiwa trauma kekerasan yang dialami menjadikan hidup mereka terasa bermanfaat dan mempunyai makna. Frankl) menggambarkan kebermaknaan hidup dapat ditemukan, salah satunya dengan melakukan aktivitas tertentu (Wong, 2014). Melalui perbuatan yang bermanfaat, seseorang akan mampu memberikan makna terhadap kehidupannya sendiri.

Remaja yang menjadi korban kekerasan ternyata memiliki sikap yang positif kaitannya dengan pengalaman hidup mereka yang cenderung pahit. Mampu menyikapi sesuatu yang tidak menyenangkan bukanlah hal yang mudah. Remaja korban kekerasan menilai bahwa semua pengalaman masa lalu berupa kekerasan bisa dikatakan tragis tidak untuk disesali dan ditangis. Frankl menyatakan bahwa jika seseorang menerima tantangan untuk menderita secara berani, hidup memiliki suatu makna untuk melanjutkan hidup kembali dengan penuh semangat dan keinginan untuk kembali meraih apa yang menjadi tujuan dan cita-cita hidupnya. Para subjek merasa yakin bahwa setiap peristiwa dalam kehidupannya pasti ada pelajaran atau hikmah yang bisa diambil dan percaya bahwa Tuhan pasti memberikan semuanya tidak ada yang sia-sia. Sesuai seperti yang diungkapkan Bastaman bahwa dalam penderitaan sekalipun makna hidup dapat ditemukan atau sering diistilahkan dengan ungkapan "Hikmah dalam Musibah" (Bastaman., 2007; Wong, 2014). Masing-masing subjek remaja korban kekerasan mempunyai pengalaman hidup yang berbeda-beda. Makna atau hikmah yang didapatkan pun juga berbeda. Perbedaan makna hidup yang didapatkan bukanlah masalah justru yang lebih penting dalam hidup adalah menemukan makna hidup itu sendiri karena seperti yang diungkapkan oleh Frankl bahwa makna hidup itu bersifat unik.

Sebagian besar para remaja korban kekerasan menemukan makna hidup melalui penghayatan terhadap nilai-nilai keimanan. Nilai-nilai penghayatan seperti keyakinan dan penghayatan akan nilai-nilai kebajikan, keimanan, dan keagamaan adalah salah satu sumber makna hidup yang bisa menghantarkan manusia menemukan kebermaknaan hidup. Remaja yang masuk kategori sedang, belum sepenuhnya menemukan kebermaknaan hidupnya karena belum sepenuhnya mampu menerima pengalaman masa lalu yang menyakitkan dan mengecewakan. Kondisi jiwa yang demikian menyebabkan pandangan subjek terhadap dunia

kadang-kadang negative. Segala sesuatu yang ada di depan mereka suatu ketika dinilai buruk. Makna hidup telah ditemukan tetapi kadang-kadang hilang sehingga menimbulkan perasaan hampa dan kosong. Ketidakberhasilan menemukan makna hidup menimbulkan perasaan hampa, gersang, merasa hidupnya tidak berarti, bosan, dan apatis (Bastaman., 2007). Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa aspek makna hidup memiliki nilai mean terbesar dan aspek kehendak hidup bermakna mempunyai nilai mean yang paling rendah. Hal ini terjadi karena semua remaja korban kekerasan yang menjadi subjek dalam penelitian ini merasa rendah diri, merasa harga dirinya rendah dan mempunyai pengalaman hidup yang relative pahit. Berawal dari perenungan pengalaman hidup yang cenderung tidak menyenangkan membuat remaja korban kekerasan semakin menyadari bahwa Tuhan masih sayang, masih ada keluarga atau orang-orang terdekat yang menyayangnya. Para remaja korban kekerasan yang menjadi subjek dalam penelitian ini mampu mengambil hikmah dari semua pengalaman hidup yang pernah didapat.

Nilai mean yang paling rendah ada pada aspek kebebasan berkehendak karena kegiatan-kegiatan yang dilakukan subjek lebih karena menjalani rutinitas yang harus dilakukan bukan karena kesadaran akan pentingnya setiap aktivitas yang dijalani. Dengan memiliki kebermaknaan hidup yang semakin meningkat, maka masa remaja yang merupakan tahap perkembangan yang krusial, pada diri seorang remaja tersebut akan mencapai perasaan identitas ego (ego identity) positif yang teguh. Remaja yang berkembang dengan baik kebermaknaan hidupnya pada saat pubertas, maka akan semakin berkembang pula ekspektasi-ekspektasi tentang peran masa dewasa pada tahapan berikutnya yang berkaitan dengan esensi sosial dan eksistensi diri dalam kehidupan pribadi dan sosialnya.

Remaja yang mengalami peningkatan kebermaknaan hidupnya maka selalu berusaha mengubah perilaku negatif menjadi perilaku positif, serta mengembangkan perilaku positif. Seorang remaja yang pernah mengalami kekerasan maka remaja tersebut dikatakan mengalami cognitive dissonance (ketidakseimbangan psikologis) yang diliputi oleh ketegangan diri. Titik berat dari penyelesaian ketegangan diri atau konflik pasca mengalami kekerasan adalah penyesuaian diri secara kognitif yang kemudian menunjukkan perubahan sikap, dan akhirnya akan terjadi perubahan perilaku semakin lebih baik.

Komponen	Indikator	Keterangan
Kebebasan berkehendak	Kebebasan untuk menentukan sikap baik terhadap kondisi diri sendiri dalam hidupnya	Berkembang dengan baik
	Bebas menentukan apa yang dianggap penting dan baik bagi dirinya	Berkembang dengan baik
	Kebebasan untuk mengubah kondisi hidup guna meraih kondisi hidup yang berkualitas	Berkembang dengan baik
	Kebebasan yang disertai dengan tanggung jawab	Berkembang dengan baik
Kehendak Hidup Bermakna	Ingin menjadi orang yang bermartabat dan berguna bagi dirinya sendiri, keluarga, lingkungan teman sebaya, lingkungan perhulaan, lingkungan pendidikan, lingkungan sekolah, lingkungan kerja, masyarakat subjek dan berharga di mata Tuhan	Berkembang
	Mempunyai cita-cita dan tujuan hidup yang jelas dan penting yang akan diperjuangkan dengan penuh semangat	Berkembang dengan baik
	Mendambakan diri sebagai orang yang bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri	Berkembang dengan baik
	Ingin dicintai dan mencintai orang lain	Berkembang
	orang lain karena diri akan merasa berharga, berarti, dan bahagia	
	Mampu menentukan sendiri apa yang akan dilakukannya dan apa yang paling baik bagi dirinya dan lingkungannya	Berkembang dengan baik
	Sesuatu yang dianggap penting, benar dan didambakan	Berkembang
Makna Hidup	Menemui makna hidup melalui sikap terhadap penderitaan	Berkembang dengan baik
	Memberi Nilai Khusus	Berkembang dengan baik
	Menemukan makna hidup dengan mengalami sesuatu atau melalui seseorang	Berkembang dengan baik

Menemukan makna hidup melalui sikap terhadap penderitaan	Berkembang dengan baik
---	---------------------------

Sejauhmana keberhasilan individu dalam membentuk tingkah laku yang sesuai dengan nilai-nilai yang ada dalam kehidupannya ditentukan dengan adanya penerimaan diri (Hurlock, 2004). Dengan memiliki penerimaan diri, maka individu akan dapat mengembangkan diri ke arah yang sesuai dengan keinginan dan mampu melakukan komitmen dengan hal-hal seperti nilai-nilai yang dianggap penting dan bermakna untuk dipenuhi, karena setiap individu bertanggung jawab mengembangkan diri dan menemukan makna hidupnya (Bastaman, 1986). Cara berfikir positif terhadap masalah yang dihadapi dalam kehidupan, yang dalam hal ini kekerasan yang dialami memepengaruhi tingkat kebermaknaan hidup subjek.

Memiliki cara berfikir positif yang dibantu dengan menekan titik-titik meridian yang berhubungan dengan titik-titik kontrol emosi seseorang akan memepengaruhi penilaian nremaja yang mengalami trauma kekerasan melalui aktivitas yang dijalani. Para subjek yang memiliki penilaian positif terhadap stressor (berupa kekerasan) akan memiliki rasa aman dalam beraktivitas, karena sudah mampu mengambil hikmah dari peristiwa yang dialaminya, maka akan dapat menikmati dan merasakan kepuasan hidup. Para subjek akhirnya menemukan kebebasan dalam memilih langkah dan tindakan pribadi apa yang akan dilakukan untuk masa depan mereka. Para subjek juga semakin meningkat dalam bertanggung jawab terhadap tingkah laku dalam kehidupannya. Para subjek semakin mampu mengungkapkan nilai-nilai daya cipta dan kreativitasnya. Selain itu pada diri subjek juga semakin meningkat nilai-nilai pengalaman atau nilai-nilai sikap berorientasi pada masa depan dan tidak terlalu larut dalam masalah trauma kekerasan pada masa lalu. Para subjek juga menyatakan semakin memiliki alasan untuk meneruskan kehidupan yang lebih baik, semakin memiliki komitmen terhadap pekerjaan, sekaligus semakin mampu memberi dan menerima cinta baik dari sesame ataupun kepada Tuhan.

Kekerasan terhadap remaja merupakan permasalahan yang serius,. Permasalahan ini memiliki dampak patologis baik secara fisik maupun psikis. Dampak secara fisik, korban dapat mengalami kecacatan, trauma fisik, patah tulang, dan sebagainya. Sementara itu, kekerasan juga memiliki dampak secara psikis di antaranya perasaan trauma, hilang kepercayaan diri, depresi, bunuh diri, dan lain-lain. Sehingga permasalahan sepeprti keerasan ini harus dilakukan tindakan oencegahan dan pemulihannya.

Penatalaksanaan pada remaja yang menjadi korban kekerasan di antaranya bisa diusahakan dengan cara berikut: Korban dijauhkan dari pelaku atau sumber kekerasan; orang terdekat diharapkan berkonsultasi pada pihak yang tepat sebagai upaya mengidentifikasi kondisi krisis psikologis dan apabila korban memperlihatkan psikopatologi serius sesegera mungkin merujuk ke ahli (psikolog, psikiater); melakukan pendampingan dan konseling secara intensif; para masyarakat semakin peka dan mampu mengevaluasi terhadap dinamika keluarga dan siklus kekerasan; apabila memungkinkan bagi masyarakat yang peduli terhadap masalah kekerasan maka diharapkan melakukan evaluasi psikologis terhadap pelaku dan apabila memungkinkan dilanjutkan dengan proses terapi; dan apabila sumber kekerasan adalah keluarga, masyarakat yang peduli terhadap tindak kekrasan memastikan bahwa siklus kekerasan sudah berakhir.

Intervensi berupa konseling dan terapi DEPTH yang telah dilakuan terhadap para remaja korban kekerasan menjadi suatu upaya yang dilakukan untuk pemulihan kondisi psikologis remaja pasca trauma, sehingga ketika kebermknaan hidup mereka semakin meningkat diharapkan pada diri masing-masing subjek

khususnya dan masyarakat pada umumnya ada kesanggupan untuk tetap berkelanjutan menerapkan terapi tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Karena sebuah treatment, saran dan masukan ibarat sebagai sebuah anjuran dan masukan, yang bermuara pada akhirnya pengambil keputusan terkait konsistensi menerapkan secara sustainability bergantung pada kesanggupan pada masing-masing individu tersebut.

Model prevensi yang dilakukan oleh Institute for Choosing Non-Violence juga menggunakan model belajar kognitif, yaitu orang dapat mengubah perilakunya melalui belajar hal-hal baru, terutama memahami hubungan kekuasaan, serta ketrampilan yang dapat dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari (Matthews, 2000). Model Choosing Non-Violence (CVN) bertujuan untuk meningkatkan kesadaran akan kekerasan yang dialami, mencari penyebab, seperti budaya, media, atau stress, serta untuk mencari model interaksi alternatif. Selain itu model CVN dan terapi DEPTH menggambarkan suatu kerangka kerja yang terintegrasi untuk memahami dan mencegah kekerasan terhadap remaja, atau pihak yang dianggap lemah.

Model CVN dan terapi DEPTH ini mendasari pemikiran bahwa kekerasan terhadap pihak yang lemah yang dalam hal ini adalah remaja dapat dikurangi atau dicegah dengan melakukan pembelajaran baik secara kognitif maupun behavioral kepada seluruh remaja agar terhindar dari kekerasan.

Berdasarkan analisis terhadap data, didapatkan beberapa kesimpulan di antaranya: semua subjek mengalami peningkatan kebermaknaan hidup dan perubahan emosi semakin lebih baik setelah pelatihan intervensi DEPTH baik sosialisasi dan prakteknya.

Intervensi terapi DEPTH yang diberikan pada remaja yang mengalami kekerasan semakin meningkatkan kebermaknaan hidup mereka. Peningkatan tersebut disebabkan karena subjek dapat belajar mengenai pengetahuan titik-titik meridian yang berkaitan dengan emosi tertentu dan berpengaruh secara kognitif dan behavioral. Intervensi DEPTH ini sesuai dengan program untuk pencegahan dan pemulihan kekerasan yang pernah dialami. Intervensi DEPTH dirancang untuk membangun ketahanan dan recovery serta ketrampilan mengatasi masalah, sekaligus meningkatkan penyelesaian konflik dengan tidak menggunakan kekerasan.

Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa remaja korban kekerasan yang mendapatkan pelatihan DEPTH menjadi lebih percaya diri, mandiri, semakin mampu menem identitas diri, lebih kompeten dalam berbagai aspek kehidupan, serta semakin meningkat kebermaknaan hidup mereka. Intervensi pelatihan DEPTH juga meningkatkan kemampuan mengendalikan emosi, karena dalam pelatihan remaja belajar mengekspresikan perasaan terutama perasaan negatif, seperti kemarahan dan penolakan dengan cara yang positif. Para remaja yang menjadi subjek dalam penelitian ini juga dapat meningkatkan kemampuan introspeksi, karena dalam pelatihan DEPTH ini para remaja yang menjadi korban kekerasan belajar membangun kesadaran diri untuk melihat seberapa besar manajemen diri, meningkatkan hubungan interpersonal, membangun hubungan terapeutik yang mengarah semakin meningkat kebermaknaan hidup mereka.

Terima Kasih kepada semua pihak yang telah membantu terlaksananya penelitian. Terutama dalam pemilihan subjek penelitian ini, sudah menggunakan inform concern, untuk kesediaanya para subjek dan informan dalam penelitian ini disampaikan terima kasih.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis secara kualitatif, serta pembahasan yang sudah dipaparkan di atas dapat ditarik kesimpulan;

1. Program intervensi terapi DEPTH pada remaja korban kekerasan dapat meningkatkan kebermaknaan hidup. Subjek penelitian yang mendapatkan dukungan sosial yang tepat berupa pelepasan emosi-emosi negatif dengan bantuan terapi DEPTH berupaya melakukan penyangkalan bahwa yang terjadi tidaklah seburuk apa yang dipikirkan, subjek berusaha memaafkan dan memasrahkan semua trauma yang dihadapiny apad Tuhan. Manipulasi kognisi yang disertai dengan dukungan sosial berupa terapi DEPTH membantu subjek untuk mampu membentuk strategi *coping* atas segala permasalahan yang dihadapinya. Subjek penelitian melakukan interaksi sosial dengan baik, sehingga subjek penelitian tetap menjaga hubungan atau kontak sosial, sehingga subjek penelitian merasa tidak sendiri.
2. Secara keseluruhan proses pemberian terapi DEPTH mengubah cara berpikir dan berperilaku individu dari isolasi sosial mengarah pada interaksi sosial dan tidak mengarah pada *maladaptive*, meningkatkan kebermaknaan hidup subjek penelitian dalam melakukan interaksi subjek penelitian dengan orang lain dan mengurangi pikiran negatif yang muncul pasca trauma kekerasan yang dialaminya.
3. Sikap dan cara pandang keluarga, lingkungan sekitar korban kekerasan terhadap upaya peningkatan kebermaknaan hidup tergolong cukup baik. Keluarga, masyarakat, teman sebaya sekitar tempat tinggal remaja korban kekerasan bersedia dan siap berpartisipasi untuk mengadakan kegiatan seperti sosialisasi kepada masyarakat, maupun kegiatan-kegiatan yang meningkatkan kapasitas pemahaman dan pengetahuan serta cara peningkatan kebermaknaan hidup.
4. **Rekomendasi Studi**
 - a. Pemberdayaan masyarakat adalah proses yang berkelanjutan sehingga evaluasi pemberdayaan masyarakat sebaiknya dilakukan secara bertahap dimulai dari sebelum program dilaksanakan, awal pelaksanaan program, dan evaluasi periodik setelah pelaksanaan program, untuk itu diperlukan studi lebih lanjut mengenai evaluasi pemberdayaan pada tiap-tiap tahapan dalam pelaksanaan pemberdayaan tersebut.
 - b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dalam ilmu psikologi khususnya tentang upaya meningkatkan kebermaknaan hidup remaja korban kekerasan yang mengalami trauma.
 - c. Selain sekolah, keluarga terutama orang tua juga memiliki peran penting dalam kegiatan preventif dan kuratif terhadap terjadinya kekerasan.
 - d. Kekerasan terhadap remaja merupakan permasalahan yang serius. Permasalahan ini memiliki dampak patologis baik secara fisik maupun psikis. Dampak secara fisik, korban dapat mengalami kecacatan, trauma fisik, patah tulang, dan sebagainya. Sementara itu, kekerasan juga memiliki dampak secara psikis di antaranya perasaan trauma, hilang kepercayaan diri, depresi, bunuh diri, dan lain-lain. Sehingga permasalahan seperti kekerasan ini harus dilakukan tindakan pencegahan dan pemulihannya.

Daftar Pustaka

- Ali, F. T. D., Imran, S. Y., & Mantali, A. R. Y. (2024). DAMPAK PSIKOLOGIS TERHADAP ANAK SEBAGAI KORBAN TINDAK PIDANA PELECEHAN SEKSUAL (Studi Wilayah Polsek Manunggu, Kabupaten Boalemo). *SINERGI: Jurnal Riset Ilmiah*, 1(5), 325–341.
- Ariadi, R. (2024). PENGARUH KEKERASAN TERHADAP KESEHATAN MENTAL DAMPAK JANGKA PANJANG. *Circle Archive*, 1(4).
- Armando, D. (2018). *Kekerasan Terhadap Anak di Panti Asuhan (Studi Kasus Panti Asuhan Yayasan Tunas Bangsa Kota Pekanbaru)*. Universitas Islam Riau.
- Atika Sari, R., & Yulianti, A. (2018). Hubungan Mindfulness Dengan Kualitas Hidup Pada Lanjut Usia. *Jurnal Psikologi*, 13(1), 48. <https://doi.org/10.24014/jp.v13i1.2771>
- Bastaman. (2007). *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. PT Raja Grafindo Persada.
- Budiarto, Y., Dewi, F. I. R., & Hastuti, R. (2020). The family well-being: A dyadic analysis of parent-child relationship quality. *Psychological Thought*, 13(1), 221–239.
- Collin-Vézina, D., De La Sablonnière-Griffin, M., Palmer, A. M., & Milne, L. (2015). A preliminary mapping of individual, relational, and social factors that impede disclosure of childhood sexual abuse. *Child Abuse & Neglect*, 43, 123–134.
- Creswell, J. W. (2010). *Qualitative Inquiry and Research Design*. Sage Publications, Inc. Ghozali.
- Creswell, J. W. (2016). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Pustaka Pelajar.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (1995). Transforming qualitative research methods: Is it a revolution? *Journal of Contemporary Ethnography*, 24(3), 349–358.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2011). *The Sage handbook of qualitative research*. sage.
- Finkelhor, D., Shattuck, A., Turner, H. A., & Hamby, S. L. (2014). Trends in children's exposure to violence, 2003 to 2011. *JAMA Pediatrics*, 168(6), 540–546.
- Fu'ady, M. A. (2011). Dinamika psikologis kekerasan seksual: Sebuah studi fenomenologi. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 8(2).
- Griffin, M. P., & Koss, M. P. (2002). (2002). Clinical Screening and Intervention in Cases of Partner Violence. *Online Journal of Issues in Nursing*. No. 1., Vol. 7(1).
- Hague, G., & Mullender, A. (2006). Who listens? The voices of domestic violence survivors in service provision in the United Kingdom. *Violence Against Women*, 12(6), 568–587.
- Harahap, A. F. Z., Aqilasyach, D., Syafawaty, F. A., Zen, F. S., Zuhra, M., Elza, M. P., Zebua, R. A., Siahaan, Q. W., & Fajriawati, F. (2024). Implikasi Kesehatan Mental Akibat Kasus Kekerasan Seksual Terhadap Anak di Bawah Umur. *JERUMI: Journal of Education Religion Humanities and Multidisciplinary*, 2(1), 497–502.
- Hidayat, M., & Taufiqurrahman, T. (2021). Dampak psikologis kekerasan seksual pada anak. *Coution: Journal of Counseling and Education*, 2(1), 1–9.
- Joseph, M. C., Satiadarma, M. P., & Koesma, R. E. (2018). Penerapan terapi seni dalam mengurangi kecemasan pada perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga di Jakarta. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 2(1), 77–87.
- Murwati, A. (2018). *PENELITIAN TENTANG KEKERASAN SEKSUAL PADA ANAK: HISTORI REVIEW*.
- Nofriansyah, M. (2021). Meaning of Life in Elderly Bread Traders. *Proceeding Conference on Genuine Psychology*, 1, 181–191.
- Pahmi, S., Hopipah, R., Saputri, D. A., Dewi, T. P., Yulita, H., & Widowati, A. (2024). Studi Literatur Terhadap Kekerasan di Kalangan Remaja. *Jurnal Basicedu*, 8(1), 911–920.
- PAK, A. (2024). *Data Kekerasan Kota Semarang 1 Januari 2024 - 13 Juni 2024*. Dinas Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak Kota Semarang. <https://ppt-dp3a.semarangkota.go.id/>
- Palila, S. (2018). Kebermaknaan hidup individu yang pernah mengalami kekerasan pada masa anak (child abuse). *Jurnal Psikologi Integratif*, 5(1), 19–31.

- Pangaribuan, T. P. I. (2016). *Perbedaan Makna Hidup Narapidana Hukuman Seumur Hidup dengan Narapidana Hukuman Sementara Waktu di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IA Medan*. Universitas Medan Area.
- Paputungan, F. (2023). Implications of Adolescent Developmental Tasks in Implementation of Education in SMK. *Journal of Education and Culture (JEaC)*, 3(1), 108–124.
- Pranata, D. C. P., & Suryanto, S. (2022). Makna Hidup Pada Narapidana Vonis Seumur Hidup Di Lapas Kelas IIA Banda Aceh. *Journal Psikologi Forensik Indonesia*, 2(2).
- Putri, G. A. (2024). Hubungan Antara Self Awareness Dengan Kecemasan Pada Penderita Bipolar. *Jurnal Ilmu Sosial, Humaniora Dan Seni*, 2(2), 153–160.
- Putri, L. R., Pembayun, N. I. P., & Qolbiah, C. W. (2024). Dampak Kekerasan Seksual terhadap Perempuan: Sebuah Sistematis Review. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 17.
- Rachmawati, M., & Herdiana, I. (2024). KEBERMAKNAAN HIDUP: SEBUAH STUDI KUALITATIF PADA PEREMPUAN DENGAN PENGALAMAN KEKERASAN FISIK DARI SUAMI. *Jurnal Abdi Insani*, 11(1), 177–187.
- Raisa, R., & Ediati, A. (2017). The Relationship between social support and resilience in inmates in Class IIA Women's Penitentiary Semarang. *Jurnal Empati*, 5(3). <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/15398>
- Rochmah, K. U., & Nuqul, F. L. (2015). Dinamika psikologis anak pelaku kejahatan seksual. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 10(1).
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(1069-1081).
- Sabina, V., & Prameswari, F. (2023). THE CRIME OF RAPE: AN ANALYSIS FROM THE FEMINIST LEGAL THEORY PERSPECTIVE. *Journal Equitable*, 8(3), 32–49.
- Sabrina, R. (2017). Konseling Eksistensial untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup pada Penderita Skizofrenia: Studi Kasus. *Seminar ASEAN (2nd Psychology & Humanistic)*, 19–20.
- Saputra, M. A. H. (2023). *ANALISIS PERLINDUNGAN SAKSI KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA BERDASARKAN UNDANG-UNDANG NOMOR 31 TAHUN 2014 TENTANG PERUBAHAN ATAS UNDANG-UNDANG NOMOR 13 TAHUN 2006 TENTANG PERLINDUNGAN SAKSI DAN KORBAN*. Universitas Islam Kalimantan MAB.
- Sardoč, M. (2022). *Making Sense of Radicalization and Violent Extremism: Interviews and Conversations*. Routledge.
- Sawyer, S. M., Azzopardi, P. S., Wickremarathne, D., & Patton, G. C. (2018). The age of adolescence. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 2(3), 223–228.
- Setiani, F. T. S. (2017). *STUDI FENOMENOLOGI: DINAMIKA PENGALAMAN TERJADINYA KEKERASAN SEKSUAL DAN DAMPAKNYA PADA ANAK PEREMPUAN DI KABUPATEN WONOSOBO*. Universitas Aisyiyah Yogyakarta.
- Suyanto, B. (2010). *Masalah sosial anak*. Kencana.
- Wong, P. T. P. (2014). Viktor Frankl's meaning-seeking model and positive psychology. *Meaning in Positive and Existential Psychology*, 149–184.
- Wulandari, F. & G. (2014). Mindfulness based cognitive therapy to improve the self-concept of adolescent with post traumatic stress disorder. *Jurnal Intervensi Psikologi*. 6(2). 266-275., 6((2)), 266-275.
- Wulandari, Y. A., & Saefudin, Y. (2024). DAMPAK PSIKOLOGIS DAN SOSIAL PADA KORBAN KEKERASAN SEKSUAL: PERSPEKTIF VIKTIMOLOGI. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran (JRPP)*, 7(1), 296–302.
- Yuda Sinuraya, R. R., & Subroto, M. (2023). Kondisi Psikologis Narapidana Selama Menjalani Hukuman Seumur Hidup. *Gema Keadilan*, 8(3), 394799.
- Yusuf, S. (2009). *Child and adolescent developmental psychology*. Bandung: Remaja Rosdakarya.