

**TERAPI MENULIS EKSPRESIF UNTUK MENANGANI DEPRESI PADA  
REMAJA KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA DI  
P2TP2A KARANGANYAR**

**Skripsi**

Diajukan Kepada  
Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam  
Jurusan Dakwah dan Komunikasi  
Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah  
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta  
Guna Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial



**Oleh:**

**ROSALINDA DUWI LESTARI**

**NIM. 181221070**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
JURUSAN DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH  
UIN RADEN MAS SAID SURAKARTA**

**2022**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rosalinda Duwi Lestari  
NIM : 181221070  
Tempat, Tanggal Lahir : Karanganyar, 27 Desember 1999  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Jurusan : Dakwah dan Komunikasi  
Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah  
Alamat : Ngablak RT 02 RW 06 Karangmojo, Tasikmadu,  
Karanganyar  
Judul Skripsi : Terapi Menulis Ekspresif Untuk Menangani Depresi  
Pada Remaja Korban Kekerasan Dalam Rumah  
Tangga Di P2TP2A Karanganyar

menyatakan dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran bahwa skripsi ini adalah hasil karya sendiri, jika di kemudian hari terbukti bahwa ia merupakan duplikat, tiruan, plagiat, atau di buat oleh orang lain, sebagian atau seluruhnya, maka skripsi dan gelar yang diperoleh karenanya batal demi hukum.

Demikian Surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Surakarta, 03 Oktober 2022

Penulis,



(Rosalinda Duwi Lestari)

NIM. 181221070

**Athia Tamyizatun Nisa., M.Pd.**

**DOSEN FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA**

---

**NOTA DINAS PEMBIMBING**

Hal : Skripsi Sdri. Rosalinda Duwi Lestari

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta

Di Tempat

*Assalamu'alaikum Warahmatulloohi Wabarokatuh*

Setelah membaca meneliti dan mengoreksi dan mengadakan perbaikan seperlunya terhadap skripsi:

Nama : Rosalinda Duwi Lestari

NIM : 181221070

Judul : Terapi Menulis Ekspresif Untuk Menangani Depresi  
Pada Remaja Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga  
Di P2TP2A Karanganyar

dengan ini kami menilai skripsi tersebut dapat disetujui dan diajukan pada Sidang Munaqosyah Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.

*Wassalamu'alaikum Warahmatulloohi Wabarokatuh.*

Surakarta, 03 Oktober 2022  
Pembimbing,



(Athia Tamyizatun Nisa, M.Pd.)  
NIP. 19920808 201903 2 027

**HALAMAN PENGESAHAN**

**TERAPI MENULIS EKSPRESIF UNTUK MENANGANI DEPRESI  
PADA REMAJA KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH  
TANGGA DI P2TP2A KARANGANYAR**

Disusun Oleh:  
**Rosalinda Duwi Lestari**  
**NIM. 181221070**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta  
Pada Hari Selasa Tanggal 18 Oktober 2022  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial

Surakarta, 03 November 2022

Penguji Utama



(Dr. Hasanatul Jannah, S.Ag., M.Si.)

NIP. 19750614 200003 2 002

Mengetahui,

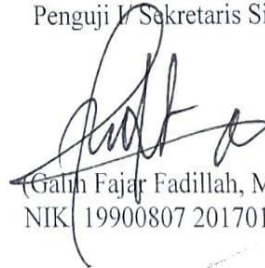
Penguji II/ Ketua Sidang

Penguji I/ Sekretaris Sidang



(Athia Tamyizah Nisa, M.Pd.)

NIP. 19920808 201903 2 027



(Gani Fajar Fadillah, M.Pd.)

NIK. 19900807 201701 1 129

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta



(Dr. Istah, M.Ag.)

NIP. 19730522 200312 1 001

## ABSTRAK

**Rosalinda Duwi Lestari. 181221070. *Terapi Menulis Ekspresif Untuk Menangani Depresi Pada Remaja Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di P2TP2A Karanganyar.*** Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam. Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Raden Mas Said Surakarta. 2022.

Kekerasan dalam rumah tangga meninggalkan bekas luka psikis bagi korban khususnya remaja, salah satu permasalahan psikis yang dihadapi remaja adalah depresi. Remaja yang mengalami depresi di tandai dengan adanya perubahan perilaku negatif. Adanya pendampingan dan penanganan dengan terapi menulis ekspresif dapat membantu mengatasi masalah psikis remaja Korban Kekerasan dalam rumah tangga. Penelitian bertujuan untuk mendeskripsikan proses pelaksanaan terapi menulis ekspresif sebagai penanganan pada remaja korban kekerasan dalam rumah tangga yang mengalami depresi di P2TP2A Karanganyar.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan teknik wawancara dan observasi. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 3 orang yang terdiri dari pekerja sosial, psikolog, dan korban kekerasan dalam rumah tangga. Di dalam pemilihan subjek, penulis menggunakan teknik purposive sampling yang didasarkan pada kriteria tertentu.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa upaya P2TP2A Kabupaten Karanganyar dalam mengatasi permasalahan psikologis maupun fisik yang dialami remaja korban kekerasan dalam rumah tangga tersebut dengan menggunakan terapi Menulis Ekspresif bekerja sama dengan pihak psikologi rumah sakit jiwa daerah Surakarta. Proses terapi menulis ekspresif dilakukan dengan tiga sesi yaitu (1) sesi pembuka dilakukan dengan pembangunan rapport, pemberian penguatan, arahan terkait dengan terapi menulis ekspresif, (2) sesi menulis dilakukan dengan cara menuliskan pengalaman emosionalnya tanpa batasan waktu, (3) sesi penutup dilakukan dengan selesainya berbagai macam sesi dengan memberikan arahan pada korban agar dapat mengikuti sesi terapi kembali, memotivasi korban agar membiasakan dirinya untuk mencurahkan isi hatinya ke dalam tulisan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja korban kekerasan dalam rumah tangga mengalami perubahan pada permasalahan psikologisnya setelah melakukan sesi terapi menulis ekspresif.

**Kata Kunci:** Depresi, Kekerasan dalam rumah tangga, Remaja, Terapi Menulis Ekspresif

## ABSTRACT

**Rosalinda Duwi Lestari. 181221070. Expressive Writing Therapy To Handle Depression In Adolescent Violence In Household Violence In P2TP2A Karanganyar.** Islamic guidance and administrative counseling programs. Faculty of Ushuluddin and Dakwah, Uin Raden Mas Said Surakarta. 2022.

Domestic violence left a psychic scar for the victim, especially the teenagers, one of the psychic problems facing teenagers were depression. Teenagers who are depressed in mark with negative behavior changes. The existence of assistance and handling with expressive writing therapy can help address the psychic issues of violent violence in domestic violence. The study aims to describe the process of implementing the expressive writers of therapy as a handling of adolescents of violence in domestic violence in depression in P2TP2A Karanganyar.

This research uses descriptive qualitative approach. Data collection techniques are performed with interview and observation techniques. Subjects in this study amounted to 3 people consisting of social workers, psychologists, and victims of domestic violence. In the subject selection, the author uses purposive sampling techniques based on certain criteria.

The results of this study indicate that the P2TP2A attack of Karanganyar regency in overcoming psychological and physical problems experienced by the violent victims of the household by using expressive writing therapy in collaboration with the Psychology of the Surra regional Hospital's Hospital. The expressive process of therapy process is done with three sessions that is (1) the appetizer session is done by rappot development, re-enforcement, referrals related to expressive writing therapy, (2) the session writing in doing way of writing his emotional experience without time limit, (3) cover sessions are done with the completion of various sessions by giving the direction to the victim to be able to follow the repeat therapy session, motivating the victim to get used to pour its hearts into the writing. The results showed that the teenage of violence in domestic violence changed to the psychological issues after conducting expressive writing therapy sessions.

**Keywords:** Depression, Domestic violence, Teenager, Expressive Writings Therapy

## **MOTTO**

Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum hingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri

(QS. Ar Rad: 11)

Bersemangatlah atas hal-hal yang bermanfaat bagimu, Minta tolonglah kepada Allah jangan engkau lemah.

(HR. Muslim)

## **PERSEMBAHAN**

Selesainya karya tulis skripsi ini dari hasil kerja saya, karya ini saya persembahkan untuk orang-orang terkasih yang selalu memberikan doa serta dukungan sehingga terselesaikan sebuah karya ini. Dengan rasa syukur dan kerendahan hati, skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Untuk diri sendiri, terima kasih telah mampu berjuang melewati berbagai macam rintangan hingga titik pencapaian ini dari awal perkuliahan hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Untuk Sutardi ayah tiri saya dan Parini ibu saya yang telah membesarkan saya dengan penuh kasih sayang, tak hentinya mendoakan, serta memberikan dukungan yang amat berarti.
3. Untuk nenek saya Ngadiyem yang telah merawat saya selama ditinggalkan ibu, tak hentinya sholat malam untuk mendoakan saya, serta telah memberikan cambukan mental untuk hidup mandiri.
4. Untuk adik sata Azhifa Kuma Ratih yang menjadi penyemangat saya, untuk bisa membahagiakan dia nanti.
5. Untuk sahabat saya, Isnaini yang selalu memberikan dukungan dan semangat serta diskusi tentang skripsi, dan juga yang telah menemani saya dalam proses skripsi ini, meminjamkan leptopnya, dan royal.
6. Untuk penyemangat saya Andi Setiawan yang telah membantu saya ketika sedang mengalami kesulitan ekonomi.
7. Untuk bunda Anastasia yang telah berjasa dan membantu selama proses skripsi saya.
8. Untuk teman-teman BKI 8B yang telah memberika dukungan, serta semangat dan hiburannya selama ini.



## **KATA PENGANTAR**

Segala puji bagi Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, bahwa atas taufiq dan hidayahNya maka penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Shalawat dan salam semoga tetap tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad Saw., beserta sahabat dan keluarganya.

Skripsi berjudul “Terapi Menulis Ekspresif Untuk Menangani Depresi Pada Remaja Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di P2TP2A Karanganyar”, disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata satu (S.I) Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Raden Mas Said Surakarta.

1. Allah SWT yang telah meridhoi dan memberikan kemudahan hingga skripsi ini selesai dengan baik.
2. Prof. Dr. H. Mudhofir, S.Ag., M.Pd selaku Rektor UIN Raden Mas Said Surakarta.
3. Dr. Islah, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Raden Mas Said Surakarta.
4. Dr. H. Lukman Harahap, S. Ag., M. Pd. Selaku Sekretaris Jurusan Dakwah dan Komunikasi Fakutas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
5. Alfin Miftahul Khairi, S.Sos., M. Pd. Selaku Koordinator Prodi Bimbingan dan Konseing Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
6. Athia Tamyizatun Nisa, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing yang selalu membantu dan membimbing penulis dengan baik, sabar dan penuh ketelitian.
7. Dr. Hasanatul Jannah, S.Ag., M.Si. selaku dosen penguji I yang telah begitu memberikan kritik dan saran kepada peneliti guna menyempurnakan karya skripsi ini.

8. Galih fajar fadillah, M.Pd. selaku penguji II yang memberikan masukan, kritik, dan saran yang membangun sehingga skripsi ini layak sebagaimana mestinya.
9. Seluruh Dosen Bimbingan dan Konseling Islam dan Dosen-dosen Faklutas Ushuluddin dan Dakwah yang membekali ilmu.
10. Staff Fakultas Ushuluddin dan Dakwah yang sudah membeikan pelayanan yang terbaik.
11. Anastasia Sri Sudaryatni, S.Sos. selaku tim P2TP2A Karangnyar yang sudah membantu dan memperlancar proses penelitian dari awal hingga akhir.
12. Sahabatku Isnaini Nur Thasanah yang selalu membantu dan memberikan dukungan selama proses penyelesaian skripsi ini.
13. Teman-temanku BKI B angkatan 2018 terimakasih atas kebersamaannya selama kuliah.
14. Teman-temanku semua yang tidak sempat saya sebut satu persatu, yang telah membantu mendukung dan memotivasi.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun semangat penulis harapkan. Akhirnya semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca dan semua pihak yang membutuhkannya.

Surakarta, 03 Oktober 2022

Penulis



(Rosalinda duwi Lestari)

18.12.2.1.070

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI ..Error! Bookmark not defined.</b>	
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING.....Error! Bookmark not defined.</b>	
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vi</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vii</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	9
C. Pembatasan Masalah .....	9
D. Rumusan Masalah .....	10
E. Tujuan Penelitian .....	10
F. Manfaat Penelitian .....	10
<b>BAB II LANDASAN TEORI .....</b>	<b>12</b>
A. Kajian Teori .....	12
1. Terapi Menulis Ekspresif .....	12

a.	Pengertian Menulis Ekspresif .....	12
b.	Teknik menulis ekspresif .....	13
c.	Tujuan Menulis Ekspresif .....	17
d.	Manfaat Terapi Menulis Ekspresif .....	17
2.	Remaja .....	18
a.	Pengertian Remaja .....	18
b.	Tahapan Perkembangan Remaja .....	19
c.	Tugas perkembangan remaja .....	21
3.	Depresi .....	22
a.	Pengertian Depresi .....	22
b.	Aspek-aspek Depresi .....	23
c.	Faktor Yang Mempengaruhi Depresi .....	26
d.	Tingkat Depresi .....	27
4.	Kekeraan Dalam Rumah Tangga .....	30
a.	Pengertian Kekerasan .....	30
b.	Kekerasan Dalam Rumah Tangga .....	31
c.	Bentuk-bentuk Kekerasan Dalam Rumah Tangga .....	32
d.	Faktor-faktor Kekerasan Dalam Rumah Tangga .....	33
e.	Dampak Kekerasan Dalam Rumah Tangga .....	34
B.	Kajian Terdahulu .....	34
C.	Kerangka Berpikir .....	39
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>		<b>42</b>
A.	Jenis Penelitian .....	42
B.	Pendekatan Penelitian .....	43
C.	Tempat dan Waktu Penelitian .....	43

D. Jenis dan Sumber Data .....	44
E. Teknik Pemilihan Informan .....	45
F. Metode Pengumpulan Data .....	47
1. Wawancara .....	47
2. Observasi .....	47
G. Teknik Keabsahan Data.....	48
H. Metode Analisis Data .....	49
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>52</b>
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	52
1. Profil P2TP2A Karanganyar .....	52
2. Sejarah P2TP2A Karanganyar.....	53
3. Visi dan Misi P2TP2A Karanganyar.....	54
4. Asas dan Tujuan .....	55
5. Susunan Tim P2TP2A .....	56
6. Mekanisme Pelayanan P2TP2A .....	62
7. Jumlah Kasus Kekerasan Di P2TP2A Karanganyar .....	66
8. Program Kegiatan P2TP2A Karanganyar .....	67
B. Hasil Temuan .....	73
1. Identitas Subjek .....	73
a. Subjek I.....	73
b. Subjek II.....	75
c. Subjek III .....	76
2. Hasil Penelitian.....	77
C. Pembahasan.....	94
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>105</b>

A. Kesimpulan .....	105
B. Saran.....	106
C. Keterbatasan Penelitian .....	107
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>108</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>112</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Kajian Terdahulu.....	34
Tabel 3. 1 Waktu Penelitian.....	44
Tabel 3. 2 purposive sampling .....	45
Tabel 4. 1 Susunan Tim P2tp2a Karanganyar.....	56
Tabel 4. 2 Tabel Tahapan Terapi Menulis Ekspresif .....	93

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir .....	41
Gambar 4. 1 Struktur Organisasi P2TP2A Karanganyar .....	60
Gambar 4. 2 Mekanisme Layanan P2TP2A Karanganyar .....	61



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Transkrip Wawancara (M) .....	112
Lampiran 2 Hasil Transkrip Wawancara (A) .....	125
Lampiran 3 Hasil Transkrip Wawancara (R) .....	138
Lampiran 4 Hasil Observasi (A) .....	145
Lampiran 5 Hasil Observasi (R) .....	148
Lampiran 6 Hasil Observasi (M) .....	150
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian.....	154
Lampiran 8 Surat Pengantar Prapenelitian di RSJ dengan Terapis.....	155
Lampiran 9 Surat Keterangan Penelitian dari Dinas.....	156
Lampiran 10 Informed Consent .....	157
Lampiran 11 Daftar Riwayat Hidup.....	158

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Masa remaja adalah masa peralihan dimana pada masa ini individu mengalami proses pendewasaan (Saputi dkk, 2019). Pada masa ini mereka telah dianggap mampu mengambil keputusan-keputusan untuk dirinya sendiri dibandingkan anak-anak. Demikian pula dalam menentukan perilaku sehari-hari, seorang remaja diharapkan dan dianggap telah mampu bertanggung jawab atas perilakunya. Namun demikian, kondisi tersebut tidak mudah untuk dicapai karena terdapat banyak sekali permasalahan yang muncul pada masa remaja. Salah satu persoalan pada masa remaja ini adalah munculnya depresi. Dalam teori perkembangan fase remaja merupakan fase yang rentan mengalami depresi (Desi et al., 2020b). Salah satu faktor penyebab depresi yaitu, seperti hubungan dengan orang tua yang kurang harmonis seperti halnya kekerasan dalam rumah tangga sehingga mengakibatkan kurangnya kasih sayang dari orang tua (Rahma, 2019).

Kekerasan dalam rumah tangga merupakan salah satu faktor penyebab depresi bagi remaja. Hal ini sejalan dengan pendapat dari Reinherz (Dianovinina, 2018) yang mana kekerasan dalam rumah tangga menjadi faktor dominan terjadinya depresi. Menurut Zubaidah (Indah, 2011b) dampak dari kekerasan dalam rumah tangga adalah perasaan tidak

percaya diri, kecemasan, gangguan emosi, stres, tidak berharga, rendah diri, menutup diri dan depresi. Sedangkan menurut, Ekundayo (Dianovinina, 2018) skema berfikir negatif mengenai kurangnya kasih sayang dari orang tua khususnya dari seorang ibu menjadi salah satu pemicu terjadi depresi pada remaja. Dari dampak Kekerasan dalam rumah tangga diatas termasuk dalam bentuk kekerasan psikis.

Di Indonesia angka kasus kekerasan terus meningkat. Menurut Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak (SIMFONI-PP) sepanjang tahun 2020 angka kasus kekerasan di Indonesia menunjukkan angka 7.464 kasus kekerasan terhadap perempuan dewasa dimana 60,75% di antaranya merupakan kasus kekerasan dalam rumah tangga dengan jenis kekerasan terhadap anak perempuan mencapai 954 kasus (Arianto, 2021). Sedangkan kasus kekerasan pada tahun 2021 berdasarkan data hingga Desember 2021 di angka 8.800 kasus dengan 74% kasus kekerasan rumah tangga mendominasi bentuk kekerasan yang paling banyak dilaporkan. (Alimi & Nurwati, 2021)

Di Provinsi Jawa Tengah jumlah kekerasan dalam rumah tangga yang di alami oleh anak dengan usia 0-18 tahun menunjukkan angka yang cukup tinggi. Dengan jenis kekerasan psikis menunjukkan angka 312 pada tahun 2019 sedangkan pada tahun 2020 menunjukkan angka 296. Serta pada tahun 2019 angka kasus penelantaran anak hingga 85 kasus dan pada tahun 2020 adalah 58 kasus. (Tengah, 2022)

Di Kabupaten Karanganyar jumlah kasus Kekerasan terhadap perempuan dan anak yang ditangani P2TP2A Karanganyar sampai pada bulan Januari sampai Desember di tahun 2020 terdapat 9 korban diantaranya 3 anak dan 6 perempuan remaja. Sedangkan, bulan Januari sampai November 2021 ada 9 kasus Kekerasan dalam rumah tangga serta kasus terhadap anak ada 22 kasus diantaranya 3 kekerasan fisik dan 19 Kekerasan seksual. Dari data tersebut terjadi peningkatan dalam kasus kekerasan.

Dalam hal ini, peneliti lebih banyak menyoroti remaja, karena dalam kasus KDRT tidak hanya meninggalkan bekas luka fisik, namun juga psikis, karena itu dampak psikis yang ditimbulkan pada remaja menjadi perhatian dalam pembahasan ini. Menurut Soeroso (Rahmawati, 2014) dampak yang dialami oleh remaja yang berasal dari keluarga dengan kasus KDRT mungkin saja tidak akan hilang dan berpengaruh buruk terhadap perkembangan mereka selanjutnya. Hal ini sejalan dengan pendapat Davies (Rahmawati, 2014) karena remaja yang hidup dalam keluarga dengan KDRT memiliki resiko mengalami gangguan stres, depresi, pasca trauma dan bermasalah dalam adaptasi kesehariannya.

Depresi pada remaja bukan sekedar perasaan kecewa ataupun sedih sebagaimana hal yang datang dan pergi begitu saja, melainkan merupakan sebuah kondisi yang serius yang dapat memengaruhi perilaku, emosi, dan cara berpikir para remaja tersebut . Gejala depresi muncul dalam berbagai perilaku seperti remaja cenderung menarik diri dari lingkungannya,

berdasarkan penelitian Dopheide (Dianovinina, 2018) diketahui bahwa beberapa gejala yang muncul adanya mood depresi adalah banyaknya keluhan somatik, atau perubahan perilaku seperti menarik diri dari lingkungan sosialnya. Hal ini diperkuat dengan pendapat Nevid, & Taylor (Desi et al., 2020a) bahwa dampak negatif yang muncul akibat depresi salah satunya adalah terbatasnya interaksi sosial.

Menurut (Maulida & Annatagia, 2019) perilaku yang timbul dari remaja yang mengalami depresi selanjutnya yakni memiliki kondisi emosi yang labil dan menjadi sangat sensitif dan mudah marah. Hal tersebut diperkuat oleh Hall (Dianovinina, 2018) bahwa remaja digambarkan sebagai masa-masa yang mengalami kekacauan emosi sehingga memiliki sensitivitas yang tinggi dan sangat rentan terhadap konflik.

Selain itu perilaku remaja yang mengalami depresi ditunjukkan dengan adanya suka melukai diri sendiri, menurut (Faried et al., 2018) tindakan melukai diri sendiri biasanya bertujuan untuk melampiaskan emosi negatif yang terjadi pada individu. Emosi negatif seperti perasaan sedih, kecewa, dan duka yang sangat menyakitkan. Individu melakukan self injury karena ketidakmampuan diri dalam mengungkapkan masalah yang dihadapi dengan menggunakan kata-kata, sehingga memilih untuk menyakiti diri sendiri. Kondisi ini sesuai dengan pendapat Romas (Maulida & Annatagia, 2019) bahwa perilaku menyakiti diri sendiri tidak dilakukan dengan tujuan bunuh diri, namun digunakan sebagai cara untuk melampiaskan emosi yang dirasakan pada individu.

Upaya dalam menangani depresi pada remaja korban kekerasan dalam rumah tangga ini merupakan suatu usaha untuk mencegah tingkah laku keberlanjutan pada diri korban yang berujung pada menyakiti diri sendiri hingga bunuh diri (Sulistiyorini & Sabarisman, 2017). Menurut Nevid (Mustika, 2019) menjelaskan bahwa penanganan depresi dapat dilakukan dengan membantu subjek untuk menggali perasaan-perasaan yang selama ini dipendam dan kemudian mengekspresikannya ke luar dan bukan membiarkan menjadi lebih buruk dan mengarah ke dalam. Peneliti berpendapat bahwa hal ini sesuai untuk menangani depresi pada remaja korban kekerasan yang lebih banyak menyimpan peristiwa kekerasan dan tidak berani mengkomunikasikannya karena dianggap aib serta tidak mengetahui cara menyalurkan emosi yang dirasakan.

Ada beberapa cara alternatif yang dilakukan dalam penanganan depresi ini salah satunya yakni terapi menulis ekspresif. Hasil penelitian yang dilakukan (Danarti et al., 2018) menunjukkan bahwa terapi menulis ekspresif dapat memberikan pengaruh terhadap penurunan depresi, cemas, dan stres pada remaja. Expressive writing therapy merupakan suatu teknik menulis tentang pengalaman yang mengganggu pikiran. Kegiatan sederhana ini bermanfaat untuk memperbaiki kesehatan fisik dan mental seseorang selama berminggu-minggu, berbulan-bulan, dan bahkan bertahun-tahun (Danarti et al., n.d.). Hal ini sejalan dengan pendapat Balkie (Indah, 2011a) bahwa efek menulis ekspresif dalam jangka panjang mampu menurunkan tingkat depresi pada waktu yang singkat,

memperbaiki suasana hati, menambah mood positif, serta mengurangi traumatis pasca kejadian yang tidak menyenangkan.

Terapi menulis ekspresif merupakan suatu bentuk perlakuan melalui media menulis secara ekspresif yang membutuhkan kemampuan gerak tangan, jari, dan mata secara integritas. Dari hasil wawancara yang dilakukan (Indah, 2011a) individu yang usai melakukan sesi terapi menulis ekspresif merasa lebih lega dan ringan karena merasa puas telah menumpahkan isi hati atau unek-unek yang selama ini di pendam. Dengan mengungkapkan dan mengekspresikan emosi negatif seperti marah, sedih dan malu yang dialami tercurah dalam bentuk tulisan, maka pendaman emosi negatif tersebut dapat berkurang. Sehingga terapi menulis ekspresif suatu teknik untuk mengatasi masalah remaja yang berkaitan dengan suasana hati hingga mengalami depresi. (Aini, 2020)

Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A) Karanganyar merupakan lembaga pemberdayaan pemerintah yang mempunyai kepedulian untuk membantu dan mendampingi korban kekerasan dalam menjalankan kehidupannya agar mendapatkan hak yang sewajarnya. P2TP2A juga merupakan lembaga yang sering kali menangani korban-korban kekerasan rumah tangga, pelecehan seksual, pencabulan dan sebagainya, hingga menimbulkan depresi, trauma, hilang ingatan, serta gangguan kejiwaan yang menimpa pada anak, remaja, dan perempuan dewasa. Hal ini P2TP2A memberikan pelayanan dengan memberikan konseling, memberikan bimbingan dan motivasi serta

mendampingi korban agar mereka dapat pulih dalam berbagai kondisi emosional. (Tarisma, 2021)

Beberapa masalah yang ditangani oleh P2TP2A Karanganyar, peneliti fokus pada remaja. Yang mana remaja dengan latar belakang korban kekerasan dalam rumah tangga disebabkan oleh ayah kandungnya sendiri. Dalam hasil wawancara di P2TP2A Karanganyar ditemukan hasil remaja yang ditangani P2TP2A Karanganyar mempunyai tingkat depresi yang tinggi atau di kategorikan berat karena remaja tersebut dihantui oleh rasa sedih yang mendalam, tidak berharga hingga muncul ide melukai diri sendiri. Hal ini sejalan dengan pendapat (Yulianti, 2018) dimana perbedaan antara episode depresif ringan, sedang dan berat terletak pada penilaian klinis yang kompleks yang meliputi jumlah, bentuk dan gejala yang ditemukan.

Dalam hal ini P2TP2A Karanganyar melakukan penanganan depresi pada remaja korban kekerasan dalam rumah tangga ini yakni melalui terapi menulis ekspresi. Dari hasil wawancara di P2TP2A Karanganyar bahwa dengan adanya penerapan terapi menulis ekspresi terhadap remaja yang mengalami depresi tersebut menunjukkan hasil yang positif atau munculnya perubahan perilaku dari sebelum diterapkannya terapi hingga sesudahnya. meskipun dalam penanganannya masih dalam proses dan belum menuju pengakhiran terapi. namun remaja korban tersebut sudah menunjukkan tanda-tanda adanya penurunan depresi setelah remaja tersebut menuliskan pengalaman kelamnya saat beberapa



kali mengikuti terapi. Penanganan depresi pada remaja yang mengalami depresi sampai saat ini tercatat telah mendapatkan empat kali terapi terhitung dari bulan November 2021 sampai saat ini. Hal ini menunjukkan bahwa dalam penanganan remaja korban kekerasan dalam rumah tangga yang mengalami depresi ini membutuhkan waktu yang cukup lama dan tidak terjadwal, maksud dari tidak terjadwal yakni dalam waktu terapinya sendiri hanya akan di atur ketika remaja korban merasa membutuhkan saja sehingga adanya muncul tenggang waktu setiap sesi terapi selanjutnya sehingga menimbulkan ketidakminatan dalam mengikuti terapi menulis tersebut. Selain itu adanya jarak setiap pertemuan terapi juga menimbulkan ketidakefektifan dalam proses terapi itu sendiri karena waktu pelaksanaan yang dilakukan secara tidak berturut-turut. Disini pekerja sosial P2TP2A juga berperan aktif dalam proses penanganan depresi pada remaja dari pemberian konseling dan motivasi, pendampingan, awal penanganan remaja yang mengalami depresi tersebut dengan pemberian obat antidepresan oleh psikolog hingga penerapan terapi tersebut. Untuk mencapai tujuan dalam proses penanganan ini pihak P2TP2A berkerjasama dengan pihak psikologi Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta dalam proses terapi menulis ekspresif ini.

Berdasarkan masalah di atas, penulis tertarik untuk menggali pembahasan tentang “Terapi Menulis Ekspresif Untuk Menangani Depresi Pada Remaja Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga di Pusat

Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A) Karanganyar”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka masalah yang dapat diidentifikasi adalah :

1. Remaja korban kekerasan dalam rumah tangga rentan mengalami depresi karena dianggap mampu dalam mengambil keputusan dalam dirinya.
2. Remaja yang mengalami depresi di tandai dengan adanya perubahan perilaku seperti menarik diri dari lingkungannya hingga melukai diri.
3. Angka tingkat kasus kekerasan di Kabupaten Karanganyar mengalami peningkatan di tahun 2021 salah satu korban hingga alami depresi berat.
4. Adanya jarak setiap sesi terapi menulis ekspresif mengakibatkan munculnya ketidakminatan dalam menulis.

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah dalam penelitian ini, maka peneliti menspesifikasikan kajian hal yang akan dilakukan agar pembahasan lebih terfokus. batasan masalah ini yaitu terapi menulis ekspresif untuk menangani depresi pada remaja korban kekerasan dalam rumah tangga.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan masalah yang diuraikan diatas, maka permasalahan yang dapat ditemukan dalam penelitian ini adalah bagaimana proses pelaksanaan terapi menulis ekspresif pada remaja korban kekerasan dalam rumah tangga yang mengalami depresi?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan adalah salah satu hal yang akan dicapai dari suatu kegiatan tertentu. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan bagaimana proses pelaksanaan terapi menulis ekspresif sebagai penanganan pada remaja korban kekerasan dalam rumah tangga yang mengalami depresi.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari penelitian ini memiliki makna secara teoritik dan praktis yang dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Manfaat teoritik yaitu, untuk menambah keilmuan dan pengembangan dalam bidang penerapan terapi menulis ekspresif pada remaja korban kekerasan dalam rumah tangga yang mengalami depresi.
2. Manfaat praktik yaitu, penelitian ini memberikan informasi dan gambaran mengenai proses terapi menulis ekspresif dalam menangani remaja korban kekerasan dalam rumah tangga di Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A) Kabupaten Karanganyar, Menambah informasi atau sumber data bagi P2TP2A dalam menangani kasus remaja korban kekerasan dalam rumah

tangga yang mengalami depresi melalui terapi menulis ekspresif dan sebagai sumber informasi atau wawasan bagi pekerja sosial diharapkan dapat mensosialisasikan terapi menulis ekspresif untuk penanganan remaja korban kekerasan dalam rumah tangga untuk mengurangi depresi.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Terapi Menulis Ekspresif**

###### **a. Pengertian Menulis Ekspresif**

Istilah menulis ekspresif menurut Pennebaker (Indah, 2011b) menyebutkan bahwa menulis ekspresif berarti menuliskan perasaan-perasaan dalam dirinya ke dalam sebuah buku dengan cara menceritakan atau naratif.

Menurut Pennebaker & Smyth (Danarti et al., 2018) Expressive writing therapy merupakan suatu teknik menulis tentang pengalaman yang mengganggu pikiran. Kegiatan sederhana ini bermanfaat untuk memperbaiki kesehatan fisik dan mental seseorang selama berminggu-minggu, berbulan-bulan, dan bahkan bertahun-tahun. Terapi ini merupakan teknik penulisan singkat yang membantu seseorang memahami dan mengatasi gejala emosional dalam kehidupan mereka.

Menurut Lestari & Eliyanti (Riska Okty Saputri, 2019) terapi menulis ekspresif merupakan salah satu intervensi berbentuk psikoterapi kognitif yang dapat mengatasi masalah depresi, cemas, dan stres, karena terapi ini merupakan terapi

perefleksian pikiran dan perasaan terdalam terhadap peristiwa yang tidak menyenangkan.

Dari beberapa pengertian diatas, peneliti berpendapat bahwa terapi menulis ekspresif adalah suatu teknik dengan menulis. Hal ini dilakukan untuk mengetahui atau mengali lebih dalam mengenai perasaan dalam diri yang berasal dari masalah yang mengganggu pikiran seseorang.

#### **b. Teknik menulis ekspresif**

Menurut Pranoto (Yulianti, 2018) Mekanisme menulis ekspresif ini subjek diminta untuk menyampaikan bagaimana perasaannya melalui tulisan dan kemudian merefleksikannya. Kemudian melalui refleksi pengalaman di masa lalu, masa kini, dan masa depan. menuliskan nikmat yang sudah diterima oleh Tuhan kepada dirinya sepanjang rentang tersebut, subjek akan diminta untuk menuliskan apa saja hal menyenangkan yang telah ia dapatkan, hal yang traumatis yang terjadi dan menuliskan nikmat yang sudah diterima oleh Tuhan kepada dirinya. Sisi spiritual digali dengan cara merefleksikan hubungan antara pengalaman emosional dan keyakinan subjek terhadap Tuhan yang mengatur segala kehidupannya.

Menurut Rahmawati (Rahmawati, 2014) teknik menulis ekspresif ini pada dasarnya sama-sama memakai media buku,

jurnal atau buku diary pribadi dan blog, beberapa penelitian berbeda dalam penggunaan durasi menulis, karena setiap kasus memiliki tingkat kedalaman masalah yang berbeda, sehingga dibutuhkan cara dan durasi yang berbeda, untuk proses terapi kurang lebih dibutuhkan waktu 10-30 menit dalam proses menulis ekspresif. Menurut teori awalnya subjek diminta untuk masuk ke dalam ruangan dan diminta untuk menulis tentang bagaimana subjek menggunakan waktunya sehari-hari hingga pengalaman dalam kehidupannya, tentang perasaan-perasaannya kepada orang-orang disekitarnya, tentang masa lalu, masa sekarang dan impiannya, hingga konflik pribadinya. Dengan durasi 10 sampai 30 menit dalam 3 atau 5 hari hingga 4 minggu.

Menurut pendapat Baikie (Maulida & Annatagia, 2019) mengatakan bahwa partisipan menulis pengalaman traumatis dalam hidupnya, waktu pelaksanaan 3-4 hari berturut-turut dalam seminggu yang bebas dari gangguan, dengan durasi 15-30 menit setiap kali menulis tentang 3-5 kejadian dalam hidup atau setiap hari menulis topik yang berbeda, tidak ada umpan balik yang diberikan, penulis bebas menulis pengalaman traumatis yang pernah dialami tanpa memperdulikan tata bahasa, ejaan atau susunan kalimat. Menulis hingga waktunya habis dengan bermakna dan penuh emosi. Efek langsung yang dirasakan oleh

sebagian penulis ketika mengingat pengalaman traumatisnya antara lain menangis atau sangat marah.

Beberapa panduan sederhana yang direkomendasikan oleh Pennebaker & Baikie (Yulianti, 2018):

- 1) Menulis topik: Anda dapat menulis tentang acara yang sama atau berbeda sepanjang empat hari atau berbagai acara setiap hari. Apa yang anda pilih untuk ditulis adalah sesuatu yang sangat pribadi dan penting bagi anda. Topic yang digunakan untuk bercerita tentang hubungan, tentang masa lalu, masa kini, atau masa impian di masa depan, tentang dulu seperti apa atau saat ini.
- 2) Panjang dan frekuensi: Tulis selama 15-30 menit setiap hari selama empat hari berturut-turut selama seminggu.
- 3) Tulis terus menerus: Begitu anda mulai menulis, tulis terus tanpa berhenti. Jangan khawatir tentang ejaan atau tata bahasa. Jika anda kehabisan hal untuk dikatakan, cukup ulangi apa yang sudah anda tulis. Terus tulis tentang topik hingga waktunya habis.
- 4) Tulis hanya untuk diri sendiri: Anda menulis untuk diri sendiri dan bukan orang lain. Setelah anda menyelesaikan latihan menulis ekspresif, anda mungkin ingin menghancurkan atau menyembunyikan apa yang telah anda tulis. Ingat tulisan ini hanya bisa untuk anda.



- 5) Apa yang harus dihindari: Jika anda merasa bahwa anda tidak dapat menulis tentang acara tertentu karena itu akan terlalu mengesalkan, maka jangan tulis tentang hal itu. Tulis saja tentang peristiwa atau situasi yang dapat anda tangani sekarang.
- 6) Apa yang diharapkan: Adalah umum bagi orang untuk merasa agak sedih atau tertekan setelah menulis, terutama pada hari pertama atau kedua. Ketahuilah bahwa ini benar-benar normal, jika ini terjadi pada anda. Biasanya, perasaan itu hanya berlangsung beberapa menit atau beberapa jam. Sebaiknya rencanakan waktu untuk diri anda sendiri setelah sesi penulisan untuk merefleksikan masalah yang telah anda tulis dan dukung diri anda dalam emosi apa pun yang muncul.
- 7) Pertimbangan: Menulis tentang topik yang sama hari demi hari selama beberapa hari tidak membantu.
- 8) Kapan menghentikan latihan menulis: Jika latihan menulis membangkitkan perasaan kuat yang tidak dapat anda atasi, segera hentikan dan lakukan sesuatu yang menyenangkan untuk diri anda sendiri. Mengalami stres atau tekanan adalah sinyal untuk menghentikan latihan menulis ini segera. Jagalah diri anda dengan melakukan sesuatu seperti melatih pernapasan diafragma, menjangkau tema atau orang yang anda cintai, atau berjalan-jalan ke pusat dan menyenangkan

diri. Jika anda mengalami perasaan negatif berlama-lama, anda mungkin mendapat beberapa bantuan tambahan

Dari beberapa teknik tersebut, dapat diketahui bahwa dalam penerapan atau teknik menulis ekspresif ini berbeda-beda. Hal ini disesuaikan dengan tingkat permasalahan yang dialami atau perbedaan dalam penggunaan durasi menulis, karena setiap kasus memiliki tingkat kedalaman masalah yang berbeda, sehingga dibutuhkan cara dan durasi yang berbeda

#### **c. Tujuan Menulis Ekspresif**

Menurut Pennebaker dan Chung (Rahmawati, 2014), menulis ekspresif memiliki beberapa tujuan yaitu:

- 1) Membantu menyalurkan ide, perasaan dan harapan subjek kedalam suatu media yang bertahan lama dan membuatnya merasa aman.
- 2) Membantu subjek memberikan respon yang sesuai dengan stimulusnya sehingga subjek tidak membuang waktu dan energi untuk menekan perasaannya.
- 3) Membantu subjek mengurangi tekanan yang dirasakannya sehingga membantunya mereduksi depresi.

#### **d. Manfaat Terapi Menulis Ekspresif**

Menulis ekspresif diantaranya memiliki manfaat (Pennebaker dan Chung (Rahmawati, 2014) yaitu:

- 1) Merubah sikap dan perilaku, meningkatkan kreativitas, memori, motivasi, dan berbagai hubungan antara kesehatan dan perilaku.
- 2) Membantu mengurangi penggunaan obat-obatan yang mengandung bahan kimia.
- 3) Mengurangi intensitas untuk pergi ke dokter.

## **2. Remaja**

### **a. Pengertian Remaja**

Masa remaja menurut Sarwono adalah masa dimana seseorang berkembang dari pertama kali menunjukkan adanya tanda-tanda seksual sekunder sampai mencapai kematangan seksualnya. Seseorang akan mengalami perkembangan psikologis serta pola identifikasi dari anak menjadi dewasa dan akan terjadi peralihan dari ketergantungan sosial ekonomi yang penuh menuju keadaan relatif mandiri. (Riska Okty Saputri, 2019)

Menurut Narendra berpendapat bahwa remaja adalah suatu masa atau fase perkembangan yang dinamis dalam kehidupan seorang individu. Masa remaja merupakan masa periode transisi dari masa anak ke masa dewasa yang ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, mental, emosional, dan sosial. Tanda-tanda ini akan berlangsung pada dekade kedua dari masa kehidupan. (Riska Oty Saputri, 2019)

Menurut Monk dikatakan remaja apabila seseorang telah mencapai umur 10 sampai 18 tahun untuk anak perempuan dan 12

sampai 20 tahun untuk anak laki-laki, sedangkan WHO mendefinisikan remaja jika anak telah mencapai umur 10 sampai 19 tahun. Menurut UU Nomer 4179 mengenai kesejahteraan anak, remaja adalah individu yang belum mencapai umur 21 tahun dan belum menikah. Adapaun menurut UU perburuan anak dianggap remaja apabila telah mencapai umur 16 sampai 18 tahun atau sudah menikah dan mempunyai rumah sendiri. (Jannah, 2016)

Dari beberapa pengertian diatas, maka peneliti mengartikan remaja adalah individu yang mengalami masa perkembangan fisik, psikologis maupaun emosional setelah masa kanak-kanak dan sebelum masa dewasa dengan umur yang belum mencapai 21 tahun.

#### **b. Tahapan Perkembangan Remaja**

Masa remaja terjadi melalui 3 tahapan yang ditandai dengan isu-isu biologik, psikologik, dan sosial, menurut Aryani (Jannah, 2016) tahapan perkembanagn remaja yaitu :

##### 1) Masa Remaja Awal ( 10-13 tahun)

Masa remaja awal ini ditandai dengan peningkatan yang cepat dari pertumbuhan dan kemtangan fisik, sehingga sebagian dari energi intelektual dan emosional pada mas remaja awal ditargetkan pada penilaian kembali dan penemuan jati diri.

##### 2) Masa Remaja Menengah (14-16 tahun)

Masa remaja menengah ditandai dengan pertumbuhan pubertas, timbulnya keterampilan berfikir yang baru, peningkatan pengenalan terhadap datangnya masa dewasa, dan keinginan untuk mengatur emosional, serta psikologis dengan orang tua.

3) Masa Remaja Akhir (17-19 tahun)

Masa remaja akhir ditandai adanya persiapan untuk berperang sebagai seorang dewasa termasuk klarifikasi dari tujuan pekerjaan serta internalisasi suatu sistem nilai pribadi.

Menurut Sarwono (Riska Okty Saputri, 2019), dalam proses menuju kedewasaan remaja ada 3 tahap:

- 1) Remaja awal (early adolescent) pada tahap ini mereka mengembangkan pikiran baru, mulai tertarik pada lawan jenis, memiliki kepekaan yang lebih dan rendahnya mengendalikan ego.
- 2) Remaja madya (middle adolescent) remaja pada tahap ini cenderung lebih narsistik atau mencintai diri sendiri, selain itu mereka berada pada kondisi yang sulit dimengerti seperti pada keramaian atau kesendirian, optimis atau pesimis dan lain sebagainya. Pada masa ini remaja mulai mempererat hubungan dengan teman-teman yang disukai.
- 3) Remaja akhir (late adolescent) pada tahap ini remaja menuju masa dewasa dengan ditandai dengan minat yang tinggi, rasa

ingin tahu akan pengalaman baru, terbentuknya identitas seksual, egosentrisme, dan memisahkan dirinya terhadap lingkungannya.

Dari beberapa proses pendewasaan dalam masa remaja yang terdiri dari tiga tahapan yakni masa remaja awal, menengah atau madya dan remaja akhir. Proses tersebut ditandai dengan peningkatan baik psikologi maupun fisik dalam diri seorang remaja.

### **c. Tugas perkembangan remaja**

Tugas-tugas perkembangan remaja menurut Monks (Jannah, 2016) antara lain:

#### 1) Perkembangan fisik atau biologis

Pada masa ini mereka memasuki masa pubertas yang ditandai dengan menstruasi pertama pada remaja putri atau perubahan pada remaja putra.

#### 2) Perkembangan kognitif

Pada periode ini remaja memiliki kemampuan berfikir untuk memecahkan masalah yang cukup kompleks, mereka mampu beradaptasi dengan lingkungan serta mampu merencanakan masa depan dengan belajar di masa lalu.

#### 3) Perkembangan moral

Pada masa ini remaja mulai mampu menilai diri sendiri khususnya menghadapi masalah.

#### 4) Perkembangan psikologis

Pada masa ini remaja dihadapkan dengan relita kehidupan serta remaja mulai kritis terhadap pendapat orang lain.

#### 5) Perkembangan sosial

Pada masa ini remaja harus mampu menyesuaikan diri dengan lawan jenis perubahan dalam perilaku sosial, kelompok teman sebaya dan persahabatan

### **3. Depresi**

#### **a. Pengertian Depresi**

Menurut Santrock (Rahma, 2019), depresi adalah individu mengalami suasana hati yang tertekan dan perasaan negatif dalam jangka waktu yang sebentar karena, gagal menjalankan tugas tertentu. Sehingga muncul gejala-gejala perilaku dan emosi yang negatif.

Menurut Beck dan Alford (Rahma, 2019) menjelaskan bahwa depresi merupakan gangguan psikologis yang ditandai dengan penyimpangan perasaan kognitif dan perilaku individu. Dengan begitu individu mengalami gejala seperti mengalami kesedihan, menyendiri, dan menarik diri dari lingkungannya.

Depresi menurut Hawari (Yulianti, 2018) adalah suatu masa terganggunya kejiwaan pada alam perasaan yang menimbulkan gejala penyerta. Termasuk perubahan pola tidur, nafsu makan, kelelahan, dan yang paling parah bunuh diri.

Dari beberapa pengertian diatas, peneliti mengungkapkan bahwa depresi adalah individu yang mengalami gangguan mood atau suasana hati yang berkecamuk atau mengarah pada perasaan negatif ditandai dengan gejala-gejala seperti sedih, menyendiri, susah tidur dan yang paling parah dapat menimbulkan perasaan ingin bunuh diri atau menyakiti diri sendiri.

#### **b. Aspek-aspek Depresi**

Menurut Beck dan Alford (Rahma, 2019), terdapat 6 aspek depresi diantaranya sebagai berikut:

##### 1) Aspek emosi

Individu mengalami perubahan perasaan atau suasana hati, serta individu lebih menunjukkan perasaannya tersebut. Perubahan emosi itu seperti, perasaan sedih dan negatif pada diri sendiri, menutup diri dari orang lain, dan hilangnya rasa humor.

##### 2) Aspek kognitif

Pada aspek ini individu menunjukkan gejala adanya kesalahan berfikir terhadap pengalaman dan masa depan. Individu dengan gangguan depresi ini mengalami kesulitan dalam mengambil keputusan serta, penilaian terhadap dirinya terkhusus penampilan fisik.

##### 3) Aspek motivasi



Gangguan depresi pada individu memiliki tingkat motivasi yang rendah yang ditandai dengan perilaku bermalas-malasan atau keluar dari rutinitas dan keinginan bunuh diri.

#### 4) Aspek fisik

Individu yang mengalami depresi akan menunjukkan gejala yang berhubungan dengan fisik dan perilaku. Aspek ini ditandai dengan hilangnya nafsu makan, gairah seksual, dan gangguan tidur.

#### 5) Delusi

Individu yang mengalami depresi ditandai dengan delusi atau pikiran mengenai dirinya maupun yang berhubungan dengan orang lain delusi ini ditandai dengan ketidakberhargaan diri, diri yang penuh dosa, dan kenihilan.

#### 6) Halusinasi

Pada individu yang mengalami depresi terkadang muncul halusinasi atau merasakan sesuatu yang sebenarnya tidak terjadi.

Adapun aspek-aspek depresi dalam penelitian ini mengacu pada aspek-aspek depresi menurut teori depresi Beck (Indah, 2011b) yaitu:

### 1) Aspek Emosional

Yaitu aspek afektif dari depresi yang meliputi kesedihan, berkurang kesenangan, apatis, hilangnya perasaan cinta terhadap orang lain, kecemasan, dan hilangnya respon terhadap kegembiraan.

### 2) Aspek Motivasional

Aspek motivasional mencakup adanya keinginan untuk menghindar dari permasalahan kehidupan sehari-hari dan harapan untuk melarikan diri dari kehidupan biasanya ditandai dengan adanya keinginan untuk bunuh diri.

### 3) Aspek Kognitif

Aspek kognitif meliputi kesulitan untuk berkonsentrasi, perhatian yang sempit terhadap masalah, serta kesulitan mengingat. Selain itu terdapat pula distorsi kognitif yang meliputi pandangan negatif terhadap dirinya sendiri, dunia dan masa depannya, persepsi keputusasaan, hilangnya harga diri, rasa bersalah, dan penyiksaan terhadap diri.

### 4) Aspek Perilaku

Aspek perilaku merupakan refleksi dari aspek-aspek yang telah dijelaskan sebelumnya, meliputi kepasifan seperti

tidur dalam waktu yang lama, menarik diri dari hubungan dengan orang lain, retardasi serta agitasi.

#### 5) Aspek Vegetatif

Aspek fisik dan vegetatif dari depresi yang meliputi gangguan tidur, gangguan nafsu makan, serta gangguan aktivitas seksual.

Dari beberapa aspek yang telah dirangkum di atas, dapat disimpulkan bahwa gangguan suasana hati atau depresi memiliki beberapa aspek disertai dengan gejala-gejala yang pasti muncul.

### **c. Faktor Yang Mempengaruhi Depresi**

Menurut Rhode (Rahma, 2019) ada beberapa faktor yang mempengaruhi depresi, antara lain :

#### 1) Konflik dengan orang tua

Hal ini menjadi faktor yang dapat meningkatkan individu mengalami gangguan depresi sangat cepat. Konflik yang terjadi akan membuat seseorang merasa kurangnya dukungan sosial dari orang tua. Dengan hal ini seorang individu akan mengembangkan model dari penyelesaian masalahnya cenderung mirip dengan yang dilakukan oleh orang tuanya serta individu menjadi kurangnya penyesuaian diri dalam menghadapi masalah.

## 2) Jenis kelamin

Seorang individu berjenis kelamin perempuan akan cenderung lebih rentan mengalami depresi dibandingkan dengan laki-laki. Dilihat dari kondisi biologis perempuan yang menghasilkan hormon tertentu membuatnya lebih sensitif jika dibandingkan dengan laki-laki.

## 3) Faktor keturunan

Individu yang lahir dari orang tua yang sedang mengalami depresi akan cenderung lebih rentan juga mengalaminya. Individu yang terlahir dengan kondisi tersebut akan memiliki kondisi biologis yang sama dengan orang tuanya.

### **d. Tingkat Depresi**

Depresi menurut PPDGJ-III (Yulianti, 2018) dibagi dalam tiga tingkatan yaitu depresi ringan, depresi sedang, dan depresi berat. Dimana perbedaan antara episode depresif ringan, sedang dan berat terletak pada penilaian klinis yang kompleks yang meliputi jumlah, bentuk dan keparahan gejala yang ditemukan.

#### 1) Depresi Ringan

a) Sekurang-kurangnya harus ada 2 dari 3 gejala utama depresif seperti:

1. Mood terdepresi (suasana perasaan sedih)
2. Hilang minat atau gairah

3. Hilang tenaga dan mudah lelah
- b) Ditambah sekurang-kurangnya 2 dari gejala lainnya
1. Konsentrasi menurun dan perhatian,
  2. Harga diri dan percaya diri menurun,
  3. Perasaan bersalah dan tidak berharga
  4. Merasa putus asa mengenai masa depannya,
  5. Ide bunuh diri atau menyakiti diri sendiri,
  6. Pola tidur berubah,
  7. Nafsu makan menurun.
- c) Tidak boleh ada gejala beratnya diantaranya.
- d) Lamanya seluruh episode berlangsung sekurang-kurangnya sekitar 2 minggu.
- e) Hanya sedikit kesulitan dalam pekerjaan dan kegiatan sosial yang biasa dilakukan.
- 2) Depresi Sedang
- a) Sekurang-kurangnya harus ada 2 dari 3 gejala utama depresi seperti pada episode depresi ringan.
1. Mood terdepresi (suasana perasaan hati murung)
  2. Hilang minat atau gairah
  3. Hilang tenaga dan mudah lelah
- b) Ditambah sekurang-kurangnya 3 (dan sebaliknya 4) dari gejala lainnya:
1. Konsentrasi menurun dan perhatian,

2. Harga diri dan percaya diri menurun,
  3. Perasaan bersalah dan tidak berharga
  4. Merasa putus asa mengenai masa depannya,
  5. Ide bunuh diri atau menyakiti diri sendiri,
  6. Pola tidur berubah,
  7. Nafsu makan menurun.
- c) Lamanya seluruh episode berlangsung minimum sekitar 2 minggu.
- d) Menghadapi kesulitan nyata untuk aktivitas sehari-hari.
- 3) Depresi Berat
- a) Semua 3 gejala depresi harus ada.
    1. Mood terdepresi (suasana perasaan murung atau sedih)
    2. Hilang minat atau gairah
    3. Hilang tenaga dan mudah lelah
  - b) Ditambah sekurang-kurangnya 4 dari gejala lainnya, dan beberapa diantaranya harus berintensitas berat.
    1. Konsentrasi menurun dan perhatian
    2. Harga diri dan percaya diri menurun
    3. Perasaan bersalah dan tidak berharga
    4. Merasa putus asa mengenai masa depannya
    5. Ide bunuh diri atau menyakiti diri sendiri
    6. Pola tidur berubah
    7. Nafsu makan menurun

- c) Bila ada gejala penting (misalnya agitasi atau retardasi psikomotor) yang mencolok, maka pasien mungkin tidak mau atau tidak mampu untuk melaporkan banyak gejalanya secara rinci. Dalam hal demikian, penilaian secara menyeluruh terhadap episode depresif berat masih dapat dibenarkan.
- d) Episode depresif biasanya berlangsung sekurang-kurangnya 2 minggu, akan tetapi jika gejalanya aman berat dan beronset sangat cepat, maka masih dibenarkan untuk menegakkan diagnosis dalam kurun waktu kurang dari 2 minggu.
- e) Sangat tidak mungkin pasien untuk meneruskan kegiatan sosial, pekerjaan atau urusan rumah tangga, kecuali pada taraf yang sangat terbatas.

Pada tingkat depresi ini menggambarkan situasi dan kondisi yang di rasakan oleh korban kekerasan dalam rumah tangga yang menimpa remaja dimana menunjukkan bahwa remaja tersebut mengalami depresi dengan tingkat berat karena mengidap gejala seperti yang telah dicirikan.

#### **4. Kekeraan Dalam Rumah Tangga**

##### **a. Pengertian Kekerasan**

Dalam kamus bahasa Indonesia “kekerasan dapat diartikan hal yang bersifat, berciri keras, perbuatan seseorang yang

menyebabkan cedera atau kerusakan fisik pada orang lain. Dengan begitu, kekerasan suatu perbuatan yang mengakibatkan luka cacat, sakit atau berupa paksaan. Sedangkan menurut Handayani (Manumpahi et al., 2016) kekerasan adalah suatu gempuran terhadap fisik ataupun mental seseorang hingga merugikan pihak yang lemah. Menurut Nurhadi dan Syahrir menyatakan bahwa kekerasan adalah perilaku pemaksaan atau penyalahgunaan tujuan untuk menindas sekelompok orang. (Manumpahi et al., 2016)

#### **b. Kekerasan Dalam Rumah Tangga**

Menurut Undang-undang No. 23 Tahun 2004 pasal 1 menjelaskan bahwa kekerasan dalam rumah tangga adalah setiap perbuatan terhadap seseorang terutama perempuan, yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, dan penelantaran rumah tangga termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan pemaksaan atau perampasan kemerdekaan melawan hukum dan lingkup rumah tangga. Dengan demikian, kekerasan dalam rumah tangga kerap terjadi dalam wadah rumah tangga. Fenomena inilah perempuan menjadi tokoh utama dalam kekerasan yang bentuknya berupa kekerasan fisik maupun psikologis. (Anggraeni, 2013)

Dari pengertian diatas, peneliti mengartikan bahwa kekerasan dalam rumah tangga adalah suatu perbuatan yang



berciri keras dimana dampak dari perilaku tersebut mengakibatkan luka fisik maupun batin.

### **c. Bentuk-bentuk Kekerasan Dalam Rumah Tangga**

Bentuk-bentuk kekerasan dalam rumah tangga menurut pasal 5 Undang-undang tentang penghapusan kekerasan dalam rumah tangga dibagi menjadi 4 bentuk diantara lain:

#### 1) Kekerasan fisik

Kekerasan fisik merupakan yang menimbulkan rasa sakit pada korban, kekerasan ini dapat berupa pemukulan, dorongan, tendangan, dan lain sebagainya. Sehingga akibatnya berupa luka ringan hingga luka berat maupun kematian.

#### 2) Kekerasan psikis

Kekerasan psikis adalah bentuk kekerasan yang ditunjukkan pada mental atau kejiwaan seseorang. Kekerasan ini berupa ancaman, rasa tidak berdaya, dan penderita psikis berat pada seseorang.

#### 3) Kekerasan seksual

Kekerasan seksual yaitu kekerasan yang berfokus pada penyerangan yang bersifat seksual baik itu telah terjadi persetubuhan atau tidak, dan tanpa memperdulikan hubungan antara korban dan pelaku.

Hal ini dapat berupa pemaksaan hubungan seksual terhadap orang sekitar dan orang lain dengan tujuan tertentu.

4) Penelantaran rumah tangga

Pada bentuk kekerasan ini kaitannya dengan ekonomi atau biaya hidup yang seharusnya ditanggung oleh pelaku atau berupa pembatasan yang menyebabkan ketergantungan ekonomi. (Anggraeni, 2013)

**d. Faktor-faktor Kekerasan Dalam Rumah Tangga**

Menurut Ihromi (Tarisma, 2021) timbulnya KDRT antar orang tua dan anak sebagai berikut:

- 1) Pengalihan tanggung jawab sebagai orang tua, baik kepada pembantu rumah tangga, babysiter, sekolah atau anggota keluarga lain.
- 2) Sikap orang tua yang berlebihan. Misalkan terlalu melindungi, bebas, keras bahkan ambisi orangtua dibebankan kepada anak.
- 3) Banyaknya kata-kata negatif yang diucapkan orangtua kepada anak.
- 4) Kurangnya waktu berkumpul orangtua dan anak sehingga anak merasa sendiri tanpa kehadiran orangtuanya.
- 5) Orangtua yang tidak eduli dengan anaknya.

### e. Dampak Kekerasan Dalam Rumah Tangga

Berikut Dampak kekerasan dalam rumah tangga:

- 1) Dampak kekerasan fisik, dampak kekerasan fisik dalam rumah tangga berupa luka, memar, dan juga malu bertemu dengan orang lain.
- 2) Dampak kekerasan psikis, berupa pelontaran kata-kata kasar biasanya kekerasan ini diterima dalam bentuk verbal. Kemudian, dampak yang dirasakan seperti marik diri dalam lingkungannya
- 3) Dampak kekerasan sosial, pada dampak ini individu mengalami berbagai macam masalah baik secara internal maupun eksternal. Sehingga, mengakibatkan penelantaran yang dilakukan orangtua baik dalam pemberian uang saku, dan kurangnya perhatian. (Resmini et al., 2019)

### B. Kajian Terdahulu

*Tabel 2. 1 Kajian Terdahulu*

No	Peneliti	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Cindy M. Meston, Tierney A. Lorenz & Kyle R. Stephenson.	Effects Of Expressive Writing On Sexual Dysfunction, Depression, And PTSD in Women With a History Of Chidhood Sexual Abuse :	Persamaan ini terletak pada intervensi yang dilakukan menggunakan terapi menulis ekspresif	Perbedaan terletak pada jenis penelitian dimana penelitian terdahulu menggunakan jenis penelitian kuantatif. Kemudian subjek

		Results From A Randomized Clinical Trial		penelitian ini kepada wanita dengan riwayat pelecehan seksual masa kanak-kanak. Sedangkan penelitian yang akan datang terhadap remaja korban kekerasan dalam rumah tangga. Serta area yang diintervensi adalah gangguan pasca trauma sedangkan penelitian yang akan dilakukan yakni depresi.
2.	Vequentina P. Indah, Tina A, & Yulianti D, Astuti.	Menulis Pengalaman Emosional untuk Menurunkan Depresi pada Perempuan Korban Kekerasan	Penelitian ini sama membahas mengenai depresi pada kasus kekerasan. Dan tindakan yang dilakukan dengan menulis pengalaman emosional.	Perebedaan terletak pada jenis penelitian. Penelitian sebelumnya menggunakan kuantitatif untuk menunjukkan tingkat depresi. sedangkan penelitian ini dengan kualitatif. selain itu penelitian ini fokus pada remaja korban kekerasan dan penelitian terdahulu pada perempuan korban kekerasan.
3.	Laila F, Iga	Efektivitas	Penelitian ini	Penelitian

	N & Sahat S.	Pemberian Ekspresif Writing Therapy Terhadap Kecenderungan Self Injury Ditinjau Dari Kepribadian Introvet	sama menggunakan intervensi berbasis terapi menulis ekspresif. Kemudian sama mengarah pada remaja.	sebelumnya mengunaka pendekatan kuantitatif eksperiment sedangkan penelitian ini dengan kualitatif lapangan. Selain itu penelitian ini hanya fokus pada remaja korban kekerasan dalam rumah tangga pada penelitian sebelumnya pada remaja yang melakukan <i>self injury</i> .
4.	Fitri Ayu	Terapi-Terapi untuk Menurunkan Depresi	Penelitian ini sama-sama berfokus pada terapi untuk menangani depresi.	Penelitian sebelumnya meruapak peneltian literature review sedangkan peneltian ini merupakan penelitian lapangan. Selain itu fokus penelitian sebelumnya membahas tentang terapi yang cenderung untuk menangani depresi.
5.	Katherie M. Krpan, Ethan Kross, Marc G. Berman, Patricia J.	An everyday activity as a treatment for depression: The benefits of	Penelitian sama-sama membahas tentang manfaat terapi	Penltian ini merupakan penelitian kualitatif sedangkan

	Deldin, Mary K. Askren & John Jonides.	expressive writing for people diagnosed with major depressive disorder.	menulis ekspresif. Serta area yang diintervensi adalah depresi.	penelitian sebelumnya dengan kuantitatif. Peneliti ini fokus pada remaja korban kekerasan dalam rumah tangga sedangkan penelitian sebelumnya fokus pada orang yang terdiagnosa Major Depressive Disorder (MDD).
6.	Marieta Rahmawati	Menulis Ekspresif Sebagai Strategi Mereduksi Stres Untuk Anak-anak Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)	Persamaan dalam penelitian kali ini yakni dalam penanganan kasus sama menghadapi pada korban kekerasan dalam rumah tangga dengan penyelesaian masalah dengan terapi menulis ekspresif.	Perbedaan dalam penelitian ini terletak pada subjek. Dimana penelitian ini fokus pada anak-anak sedangkan penelitian yang akan datang fokus pada remaja . selain itu masalah yang di hadapi pada penelitian lama adalah stres sedangkan penelitian ini adalah depresi.
7.	Mia Ayu Yulianti	Pengaruh Terapi Menulis Ekspresif Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia Di Panti Sosial	Persamaan berada pada terapi yang digunakan dalam menyelesaikan masalahnya	Selain dari pengemasannya yang berbeda yakni kuantitatif dan kualitatif. Penelitian

		Rehabilitasi Lanjut Usia Dan Pemeliharaan Taman Makam Pahlawan Ciparay Kabupaten Bandung	yakni terapi menulis ekspresif . selain itu yang terletak pada masalah yang di hadapi adalah depresi.	sebelumnya lebih fokus dan terarah pada lanjut usia sedangkan penelitian yang akan datang fokus pada remaja dengan latar belakang menjadi korban kekerasan dalam rumah tangga.
--	--	--	---	--

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang telah disebutkan diatas diperoleh persamaan dan perbedaan antara penelitian yang dilakukan saat ini dan penelitian terdahulu, perbedaan pada peneliti saat ini terletak pada subjek penelitian yang berfokus pada remaja yang mengalami tindak kekerasan dalam rumah tangga yang mengakibatkan depresi dan hal tersebut memerlukan penanganan khusus yakni dengan menggunakan terapi menulis ekspresif. Perbedaan selanjutnya terlihat dari sisi tempat, peneliti memilih P2TP2A kabupaten Karanganyar sebagai objek penelitian kali ini. Selain itu dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan deskriptif yang mana peneliti berusaha dapat menggambarkan kondisi yang dengan subjek terdiri 2 orang yakni pekerja sosial dan remaja korban kekerasan dalam rumah tangga.

Dengan demikian, dapat diketahui penelitian ini mengenai “Terapi Menulis Ekspresif Untuk Menangani Depresi Pada Remaja Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga di Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A) Karanganyar” belum

pernah diteliti karena fokus kajian penelitian berbeda dengan penelitian sebelumnya.

### **C. Kerangka Berpikir**

Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan anak (P2TP2A) Karanganyar adalah lembaga yang berada pada naungan pemerintah kabupaten karanganyar yang memiliki tugas untuk menangani dan melakukan pendampingan korban kekerasan. Hal ini peneliti berfokus pada remaja korban kekerasan dalam rumah tangga yang mengalami depresi. Dalam penanganan remaja pihak P2TP2A bekerja sama dengan pihak psikolog Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta. Depresi sering dikaitkan dengan gangguan suasana hati atau perasaan yang berubah-ubah namun seperti sedih, cemas, dan rasa bersalah. (Manumpahi et al., 2016)

Depresi dapat terjadi pada diri remaja karena beberapa faktor seperti konflik dengan orang tua. Faktor tersebut dapat meningkatkan tingkat depresi secara cepat karena hubungan remaja dan orang tua yang kurang baik serta perlakuan orang tua dimasalalu terhadap remaja menyebabkan individu akan menyelesaikan masalahnya yang cenderung mirip dengan perlakuan orang tuanya. Hal ini sejalan dengan pendapat (Faried et al., 2018), dimana hubungan dengan keluarga sangat mempengaruhi remaja dalam mengendalikan emosi.

Selain itu depresi memiliki beberapa aspek salah satunya aspek emosional dimana pada diri remaja akan mengalami perubahan suasana hati yang mengarah pada perasaan negatif seperti kesedihan yang luar



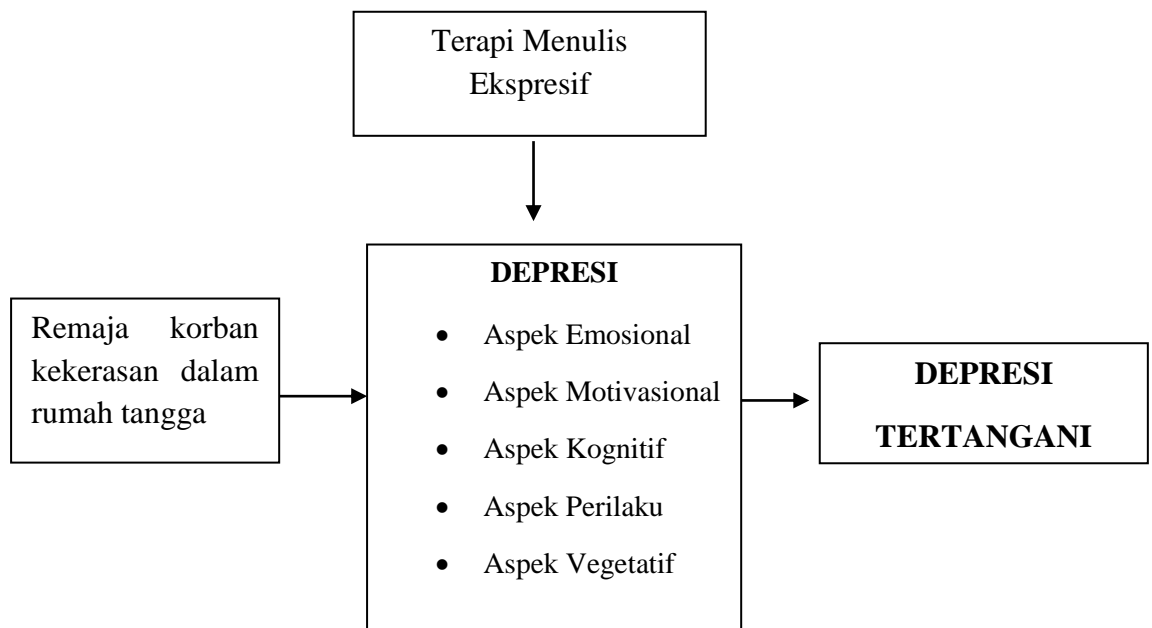
biasa. Menurut Nevid, menjadi korban tindak kekerasan merupakan pengalaman emosional yang berpengaruh pada psikologis korban.

kemudian aspek kognitif, pada aspek ini remaja menunjukkan gejala adanya kesalahan di berfikir terhadap pengalaman di masalalu dan masa depan. Aspek kognitif merujuk pada kenegatifan terhadap konsep diri. aspek vegetatif menunjukkan pada perilaku seperti gangguan tidur. Serta aspek perilaku dimana remaja menunjukkan perubahannya dengan menarik diri dari lingkungannya. Remaja yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga tentu akan tumbuh dan berkembang beriringan dengan bayangan masalalu yang mengakibatkan kesulitan dalam mengambil keputusan masalah yang datang serta adanya perasaan yang kehadirannya tidak diinginkan dan tidak berguna. (Yulianti, 2018)

Untuk menangani remaja korban kekerasan dalam rumah tangga ini P2TP2A menggunakan terapi menulis ekspresi untuk mengali perasaan-perasaan yang selama ini dipendam. Menurut Balkie (Indah, 2011b) menyatakan bahwa terapi menulis ekspresif mengenai pengalaman emosional akan memberikan manfaat jangka pendek maupun panjang yang berkaitan dengan penurunan tingkat depresi. selain itu menurut adanya terapi menulis ekspresif berpengaruh pada aspek emosional. Pengaruh ini terjadinya pelepasan emosi negatif yang menyebabkan perasaan lega dan merasa lebih baik pada remaja korban kekerasan.(Mustika, 2019)

Berdasarkan uraian diatas, maka menulis ekspresif menjadi salah satu alternatif untuk menangani remaja korban kekerasan dalam rumah tangga yang mengalami depresi. Dinamika psikologisnya dapat dilihat dari bagan ini.

*Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir*



### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian merupakan salah satu teknik yang dilakukan secara sistematis untuk mencapai tujuan dari penelitian tersebut (Sutanto, 2013). Pada metode penelitian ini meliputi jenis penelitian, pendekatan yang akan digunakan, sumber data, metode dalam penentuan subjek, metode dalam pengumpulan data dan metode analisis data. Berikut disajikan uraian singkat dari metode penelitian ini:

#### **A. Jenis Penelitian**

Dalam penelitian ini yang digunakan peneliti adalah penelitian lapangan. Penelitian lapangan yaitu, peneliti turun langsung ke lapangan dengan tujuan untuk mengumpulkan data dan informasi dari keadaan yang sebenarnya dan nyata. Pada hakikatnya penelitian lapangan merupakan metode apa yang sedang terjadi ditengah-tengah tempat penelitian berlangsung. Dalam penelitian ini selain menggunakan penelitian lapangan peneliti juga menggunakan jenis penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan atau mendiskripsikan dan mengungkapkan suatu masalah atau keadaan peristiwa sebagaimana adanya. (Haris Herdiansya, 2015)

Jadi maksud dari peneliti menggunakan penelitian deskriptif yaitu, penelitian yang mendiskripsikan atau menggambarkan data atau informasi yang diperoleh dalam penelitian yang berkaitan tentang terapi menulis

ekspresif untuk menangani depresi pada remaja korban kekerasan dalam rumah tangga di P2TP2A Karanganyar. (Mariana & Maulida, 2019)

## **B. Pendekatan Penelitian**

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang bersifat deskriptif. Pendekatan kualitatif yaitu, penelitian yang menghasilkan data deskriptif yang berupa informasi secara lisan maupun data dari orang yang diamati. Menurut Bogdan dan Taylor (Ratna, 2016) Penelitian kualitatif adalah metode atau langkah yang memberikan hasil data deskriptif yang berupa kata baik dari lisan atau tulisan. Dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif studi kasus. Dimana penelitian ini lebih difokuskan pada suatu kasus tertentu yaitu remaja korban kekerasan dalam rumah tangga yang mengalami depresi. Menurut Creswell (Haris Herdiansya, 2015) studi kasus adalah suatu model yang menekankan pada satu atau beberapa kasus secara mendetail disertai dengan pengalihan data secara mendalam yang melibatkan berbagai sumber informasi.

## **C. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian akan dilakukan di Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A) dikarenakan P2TP2A adalah lembaga yang berada dibawah Pemerintah Daerah Kabupaten Karanganyar yang bertugas untuk melakukan pendampingan terhadap remaja korban kekerasan dalam rumah tangga. Waktu Penelitian dilakukan dari Bulan Desember 2021 hingga Februari tahun 2022.

Tabel 3. 1 Waktu Penelitian

No	Kegiatan	November	Desember	Januari	Februari	Juni
1.	Observasi	✓				
2.	Wawancara	✓	✓			
3.	Pengajuan Judul		✓			
4.	Pembuatan Outline			✓		
5.	Penyusunan Proposal				✓	
6.	Penelitian					✓

#### D. Jenis dan Sumber Data

Sumber data dari penelitian ini diperoleh dari tempat dilaksanakannya penelitian. Sumber data yang di ambil di Penelitian ini ada 2 jenis, yaitu :

1. Data Primer adalah data atau keterangan yang diperoleh peneliti secara langsung melalui wawancara, observasi serta dokumentasi berupa data hasil penelitian. Data ini diperoleh langsung dari pekerja sosial P2TP2A Kabupaten Karanganya dan seorang remaja korban kekerasan dalam rumah tangga serta beberapa dokumentasi yang berkaitan dengan pembahasan penelitian. (Fadilah, 2016)
2. Data sekunder adalah data yang di dapatkan dari buku-buku, catatan, *website*, dan media massa yang terkait sebagai data pendukung dalam menganalisis persoalan yang diteliti. (Mariana & Maulida, 2019)

### E. Teknik Pemilihan Informan

Konsep sampel dalam penelitian kualitatif berkaitan erat dengan bagaimana memilih informan yang mana orang tersebut dianggap paling tahu tentang apa yang kita harapkan atau mungkin dia sebagai penguasa sehingga akan mempermudah peneliti menjelajahi objek atau situasi sosial yang diteliti. Yang terpenting disini bukan jumlah informannya, melainkan potensi dari setiap kasus untuk dapat memberikan secara teoritis mengenai aspek yang dipelajari. (Fadilah, 2016)

Dalam penelitian ini pemilihan informan menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* bertujuan di mana informan dipilih berdasarkan pertimbangan tertentu dan dianggap sebagai orang yang tepat memberikan informasi yang sesuai dengan kebutuhan penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti telah menetapkan beberapa kriteria untuk dijadikan sebagai subjek. Untuk kriterianya adalah sebagai berikut:

Tabel 3. 2 *purposive sampling*

No	Informan	Kriteria	Jumlah
1.	M (Terapis)	Mengetahui proses atau tahapan penanganan remaja korban kekerasan dalam rumah tangga dengan terapi menulis ekspresif dan informan merupakan tenaga profesional yang menangani korban remaja kekerasan dalam rumah tangga	1 orang

2.	A (pekerja sosial)	Mengetahui profil dan sistem layanan di P2TP2A Karanganyar, informan merupakan Sekretaris Peduli Perempuan P2TP2A Karanganyar, mengetahui kasus-kasus yang ditangani oleh P2TP2A Karanganyar, dan mengetahui proses atau tahapan penanganan kasus remaja korban kekerasan dalam rumah tangga.	1 orang
3.	Remaja "R"	Informan merupakan seorang remaja dengan usia 18 tahun, informan korban kekerasan dalam rumah tangga, dan informan telah menerima proses penanganan yang di berikan oleh P2TP2A Karanganyar	1 orang
Total informan			3 orang

Dari tabel diatas dapat disimpulkan bahwa informan yang akan diwawancarai dalam penelitian ini berjumlah 3 orang. Mereka merupakan seorang terapis, pekerja sosial dan remaja korban kekerasan dalam rumah tangga di Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A). Alasan peneliti memilih ketiga informan tersebut dikarenakan memiliki informasi yang terkait dengan fokus penelitian ini tentang proses pelaksanaan terapi menulis ekspresif pada remaja korban kekerasan dalam rumah tangga yang mengalami depresi serta ketiga informan tersebut telah memenuhi kriteria yang telah di tetapi oleh peneliti. Disini peneliti akan berupaya mendapatkan gambaran yang jelas dan konkrit terkait pendampingan yang dilakukan kepada remaja korban kekerasan dalam rumah tangga.

## **F. Metode Pengumpulan Data**

Dalam penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data diantaranya sebagai berikut:

### **1. Wawancara**

Wawancara adalah percakapan antara peneliti dengan narasumber dengan maksud atau tujuan tertentu. Wawancara terdiri atas dua pihak yaitu pihak penanya dan yang satu pihak penjawab biasa disebut yang memberikan pertanyaan disebut dengan penanya sedangkan penjawab disebut dengan narasumber.(Ratna, 2016)

Wawancara disini dilakukan dengan mewawancarai pekerja sosial P2TP2A Karanganyar dengan fokus menanyakan tentang langkah-langkah penanganan pada remaja korban kekerasan dalam kasus dan mewawancarai remaja korban dalam kasus kekerasan rumah tangga yang dimana dengan fokus pertanyaan seputar penerepan terapi menulis ekspresif untuk menangani depresi.

### **2. Observasi**

Observasi merupakan kegiatan pengamatan atau pendataan tentang informasi yang diperlukan dalam kegiatan penelitian ini. Pada dasarnya observasi menggunakan keseluruhan panca indra maka dari itu, kegiatan pemusatan observasi terhadap suatu objek dengan menggunakan semua panca indra. Observasi yang dimaksud pada penelitian ini yaitu, mengamati bagaimana gambaran dari penerepan terapi menulis ekspresif



untuk menangani remaja korban kekerasan dalam rumah tangga. (Ratna, 2016)

### **G. Teknik Keabsahan Data**

Keabsahan data dilakukan untuk membuktikan apakah penelitian yang dilakukan benar-benar merupakan penelitian ilmiah sekaligus untuk menguji data yang diperoleh. Menurut Sugiyono (Amelda Tiara Citra, 2020) uji keabsahan data dalam penelitian kualitatif meliputi uji, credibility, transferability, dependability, dan confirmability. Agar data dalam penelitian kualitatif dapat dipertanggung jawabkan sebagai penelitian ilmiah perlu dilakukan uji keabsahan data. Adapun uji keabsahan data yang dapat dilakukan adalah memperpanjang waktu penelitian, triangulasi data, pilihan informan dan kedudukan peneliti.

#### **1. Memperpanjang waktu penelitian**

Memperpanjang waktu penelitian dilakukan dengan menambah waktu untuk melakukan wawancara sehingga di dapati data yang lengkap dan jenuh.

#### **2. Triangulasi**

Triangulasi data yang akan dilakukan dalam penelitian ini adalah triangulasi metode dan teori. Menurut Patton (Mariana & Maulida, 2019) ada dua strategi dalam melakukan triangulasi dengan metode, yaitu:

- a. mengecek keabsahan data penemuan hasil penelitian dengan beberapa teknik pengumpulan data

- b. mengecek keabsahan data dari beberapa sumber data dengan metode yang sama.

Sedangkan triangulasi teori yaitu membandingkan data yang telah didapat dengan teori yang ada. Menurut Patton (Mariana & Maulida, 2019) perbandingan ini dapat dilaksanakan dan dinamakan sebagai penjelasan banding.

### 3. Pilihan informan dan kedudukan peneliti

Pilihan informan dilakukan untuk meningkatkan reliabilitas. Pemilihan informan dilaksanakan dengan cara melakukan konsultasi baik dengan pihak P2TP2A dan informan remaja korban kekerasan dalam rumah tangga. Selain pilihan informan, kedudukan peneliti juga merupakan faktor penting dalam keabsahan data. Fungsi peneliti sebagai instrumen kunci meliputi beberapa tugas, diantaranya: menetapkan fokus penelitian memilih informan sebagai sumber data, melakukan pengumpulan data, menilai kualitas data, analisis data, menafsirkan data dan membuat kesimpulan atas temuannya. (Amelda Tiara Citra, 2020)

## **H. Metode Analisis Data**

Metode analisis data merupakan langkah menganalisis setelah data keseluruhan dari penelitian terkumpul. Proses menganalisis dimulai dengan menelaah seluruh data yang terkumpul dari berbagai sumber yaitu, wawancara, observasi, dokumentasi dan data dari dokumen-dokumen yang diperoleh saat penelitian berlangsung. Metode analisis data dalam penelitian ini adalah menggunakan diskriptif yaitu dengan menganalisis melalui

pemikiran yang logis, sistematis dan teliti sehingga dapat menghasilkan kesimpulan yang tepat dan jelas. Miles dan Huberman berpendapat, analisis data kualitatif merupakan proses analisis yang terdiri dari tiga alur kegiatan yaitu, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. (Haris Herdiansya, 2015)

#### 1. Reduksi Data

Reduksi data diartikan sebagai proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan data, pengabstraksian dan transformasi data kasar yang muncul dari wawancara. Reduksi data merupakan suatu bentuk analisis yang menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak perlu dan mengorganisasi data dengan cara sedemikian rupa sehingga kesimpulan dapat ditarik dan diverifikasi. (Haris Herdiansya, 2015)

#### 2. Tahap Penyajian Data (Display)

Data adalah sekumpulan informasi tersusun yang memberikan kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Data yang diperoleh dari hasil wawancara mendalam terhadap masyarakat dikumpulkan untuk diambil kesimpulan sehingga bisa dijadikan dalam bentuk narasi deskriptif. (Haris Herdiansya, 2015)

#### 3. Tahap Penarikan Kesimpulan (Verifikasi)

Pengambilan kesimpulan juga merupakan analisis lanjutan dari reduksi data, dan display data sehingga data dapat disimpulkan dan peneliti masih berpeluang untuk menerima masukan. Pada tahap ini,

peneliti selalu melakukan uji kebenaran setiap makna yang muncul dari data. Setiap data yang menunjang komponen uraian diklarifikasi kembali dengan informan.(Haris Herdiansya, 2015)

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN**

#### **A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

##### **1. Profil P2TP2A Karanganyar**

Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A) Karanganyar adalah salah satu lembaga di bawah naungan dinas pemberdayaan anak dan perempuan pemerintah daerah kabupaten Karanganyar yang beralamatkan di Jalan Lawu No. 167, Tegalgede, Kecamatan Karanganyar, Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah 57714. Pusat Pelayanan P2TP2A Karanganyar terletak berbarengan dengan kantor PMII Karanganyar yang mana, menempati lantai 2 dari satu gedung tersebut dengan tempat yang sangat minimalis. Pusat layanan tersebut juga berdampingan dengan gedung Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana (DP3APPKB) Kabupaten Karanganyar.

Namun seiring berjalannya waktu dan berkembangnya sarana dan prasarana di kabupaten karanganyar, kini P2TP2A Karanganyar di pusatkan di Mal Pelayanan Publik Kabupaten Karanganyar yang terletak di Jalan Brigjen Slamet Riyadi, Ngaliyan, Lalung, Karanganyar, Karanganyar Regency, Jawa Tengah. P2TP2A Karanganyar berkecimpung dalam kepedulian untuk membantu dan

mendampingi perempuan dan anak dalam menjalankan kehidupannya agar mendapatkan hak yang sewajarnya. Selain itu P2TP2A merupakan tempat yang terkait dengan penanganan korban-korban kekerasan rumah tangga, pelecehan seksual dan sebagainya dengan memberikan konseling, memberikan bimbingan dan motivasi serta mendampingi korban agar mereka dapat pulih dalam berbagai kondisi emosional.

## **2. Sejarah P2TP2A Karanganyar**

Awal mula terbentuknya Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak” memerlukan perjalanan yang cukup panjang. Di mulai pada tahun 2009 Pemerintah Kabupaten Karanganyar Mengeluarkan Peraturan Daerah Nomor 20 Tahun 2009 tentang Penyelenggaraann Perlindungan Perempuan dan Anak Korban kekerasan dengan pertimbangan bawasannya jumlah kekerasan terhadap perempuan dan anak di Kabupaten Karanganyar masih terjadi, sedangkan pengaturan penyelenggaraan perlindungan perempuan dan anak belum optimal yang dengan persetujuan Dewan Perwakilan Rakyat Daerah Kabupaten Karanganyar dan Bupati Karanganyar yang menjabat saat itu Hj. Rina Iriani Sri Ratnaningsih, SPd., M.Hum. paa tanggal 30 Desember 2009. Kemudian pada tahun 2019 baru dikukuhkan lah Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A) oleh Drs. Juliyatmono., M.M. dengan masa bakti tahun 2019-2022 yang tercantum dalam keputusan Bupati

Karanganyar nomor 476/737 Tahun 2021 tentang pembentukan Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak Kabupaten Karanganyar. Dengan menimbang bahwa dalam upaya mendukung kegiatan pencegahan tindak kekerasan terhadap perempuan dan anak dan pelaksanaan pemberian perlindungan bagi perempuan dan anak dapat dilakukan dengan lebih optimal dan efektif di Kabupaten Karanganyar perlu dibentuk Pusat Layanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak Kabupaten Karanganyar.

Dengan adanya keputusan ini maka dilakukan, advokasi, dan pendampingan dari berbagai pihak tentang perlunya pemberdayaan perempuan dan perlindungan anak sesuai peraturan perundang-undangan selanjutnya melakukan pengumpulan data dan informasi dalam kasus pelanggaran dan masalah perempuan serta anak yang terjadi dalam lingkup keluarga dan masyarakat.

---

### **3. Visi dan Misi P2TP2A Karanganyar**

#### **a. Visi**

“Terwujudnya keterpaduan layanan yang memberikan perlindungan dan pemenuhan hak terhadap perempuan dan anak korban kekerasan”

#### **b. Misi**

- (a) Memberikan layanan yang terpadu secara medis, hukum, maupun psikososial dengan menyederhanakan prosedur bagi perempuan dan anak korban kekerasan untuk pemenuhan hak korban.
- (b) Meringankan keberdayaan masyarakat dan kemudahan untuk melaporkan kasus kekerasan terhadap perempuan dan anak.
- (c) Memberikan komunikasi, informasi, dan edukasi akan hak perempuan dan anak pada masyarakat.

#### **4. Asas dan Tujuan**

Asas penyelenggaraan perlindungan perempuan dan anak korban

Kekerasan ini adalah :

- a. Penghormatan terhadap hak-hak korban
- b. Keadilan dan kesetaraan gender;
- c. Non diskriminasi;
- d. Kepentingan terbaik bagi korban.

Tujuan adanya P2TP2A Karanganyar adalah Penyelenggaraan perlindungan korban kekerasan bertujuan untuk mencegah, melindungi korban dan memberikan pelayanan terhadap perempuan berbasis gender dan kepentingan terbaik bagi anak yang terjadi di rumah tangga dan atau publik.



## 5. Susunan Tim P2TP2A

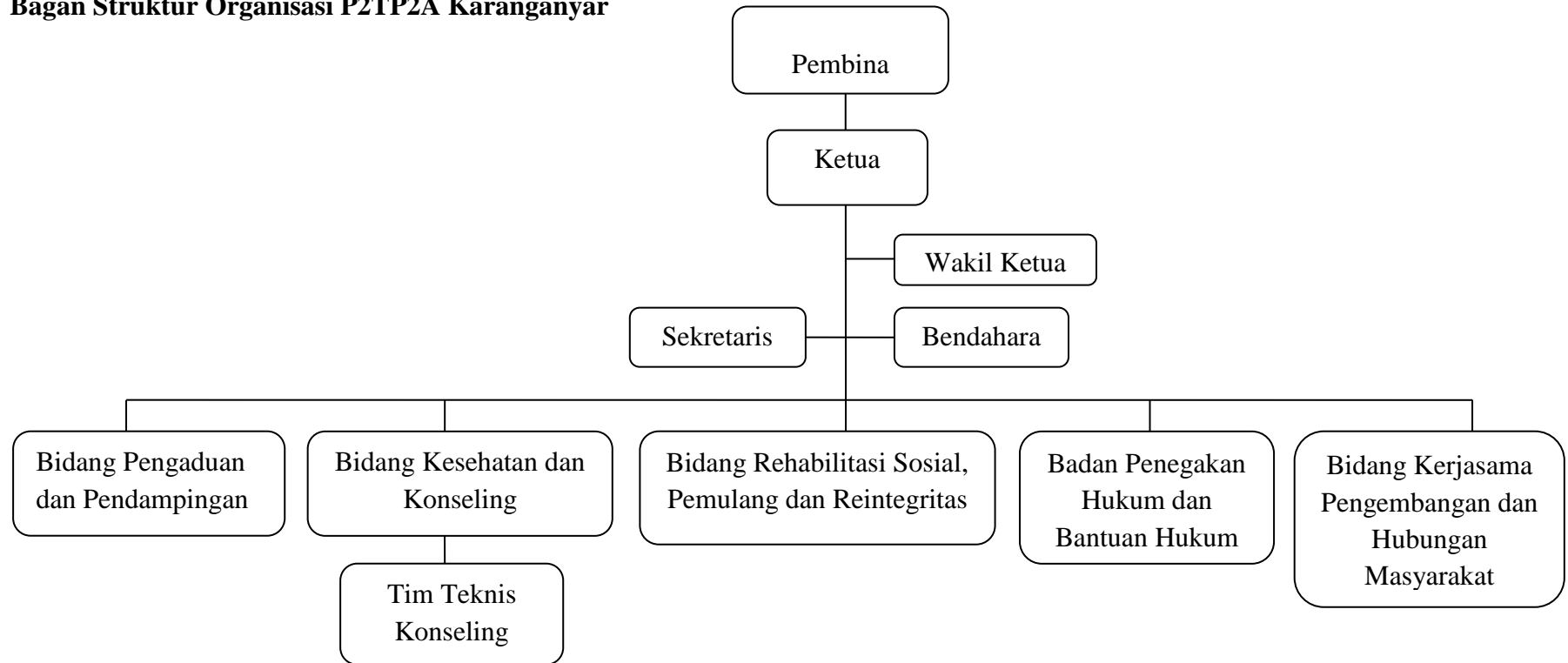
*Tabel 4. 1 Susunan Tim P2tp2a Karanganyar*

No	Nama	Jabatan Dalam Dinas	Jabatan Dalam TIM
1.	Drs. Juliyatmono, M.M	Bupati	Pembina I
2.	Drs. Sutarno, M.Si	Sekretaris Daerah	Pembina II
3.	Siti Khomsiyah, A.Md.	Ketua TP PKK Kabupaten	Ketua
4.	Drs. Sarwanto, MM.	Tokoh Masyarakat	Wakil Ketua
5.	Drs. Agam Bintoro, M.Si	Kepala DP3APPKB Kab. Karanganyar	Sekretaris
6.	Ida Utami, S.E., M.M	Kasi Pengarusutamaan Gender DP3APPKB Karanganyar	Bendahara
7.	Anastasia Sri Sudaryatni, S.Sos	Sekretaris Forum Peduli Perempuan	Ketua Bidang Pengaduan dan Pendampingan
8.	Shoim Syahriyati, ST	Direktur Yayasan KAKAK Surakarta	Anggota
9.	Aipda Tulus Ardiyanto, S.H	Kanit Perlindungan Perempuan POLRES Karanganyar	Anggota
10.	Bripda Tarum Aji Saputri	Anggota Unit PPA POLRES Karanganyar	Anggota
11.	Drs. Sigit Prabowo, M.M	Kasi Perlindungan Anak DP3APPKB KAranganyar	Anggota
12.	Bambang Sanjaya,	Pekerja Sosial Perlindungan Anak	Anggota

	S.ST	Dinas Sosial	
13.	Dwi Siwi Nur Chayati, S.ST	Pekerja Sosial Perlindungan anak Dinas Sosial	Anggota
14.	Agus Wibawanto, S.E	Kepala Seksi Kepemudaan Dinas Pariwisata, Pemuda dan Olah Raga	Anggota
15.	Purwanti, SKM, M.Kes	Kepala Dinas Kesehatan	Ketua Bidang Kesehatan dan Konseling
16.	dr. Iwan Setiawan Adji, Sp.THT	Direktur RSUD Karanganyar	Anggota
17.	dr. Iryani Rochmah Ambarwati	Dokter Umum RSUD Karanganyar	Anggota
18.	Nur Haryati, S.I.P, M.M	Kabid. Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak DP3APPKB Karanganyar	Anggota
19.	dr. Sulistywo Wibowo, MPH	Dinas Kesehatan/Organisasi Profesi	Anggota
20.	Ruchwudiasuti, S.Sos	Plt. Kasi Penyantunan Anak dan Keluarga Dinas Sosial	Anggota
21.	Sugiyarto, S.H	Palang Merah Indonesia Kab. Karanganyar	Anggota
22.	Sunarno, SH.MH,MT	Kabag Kesra Setda Karanganyar	Anggota
23.	Budi Susilaningtyas, S.Psi, Psi	Psikolog Puskesmas Jaten II	Anggota

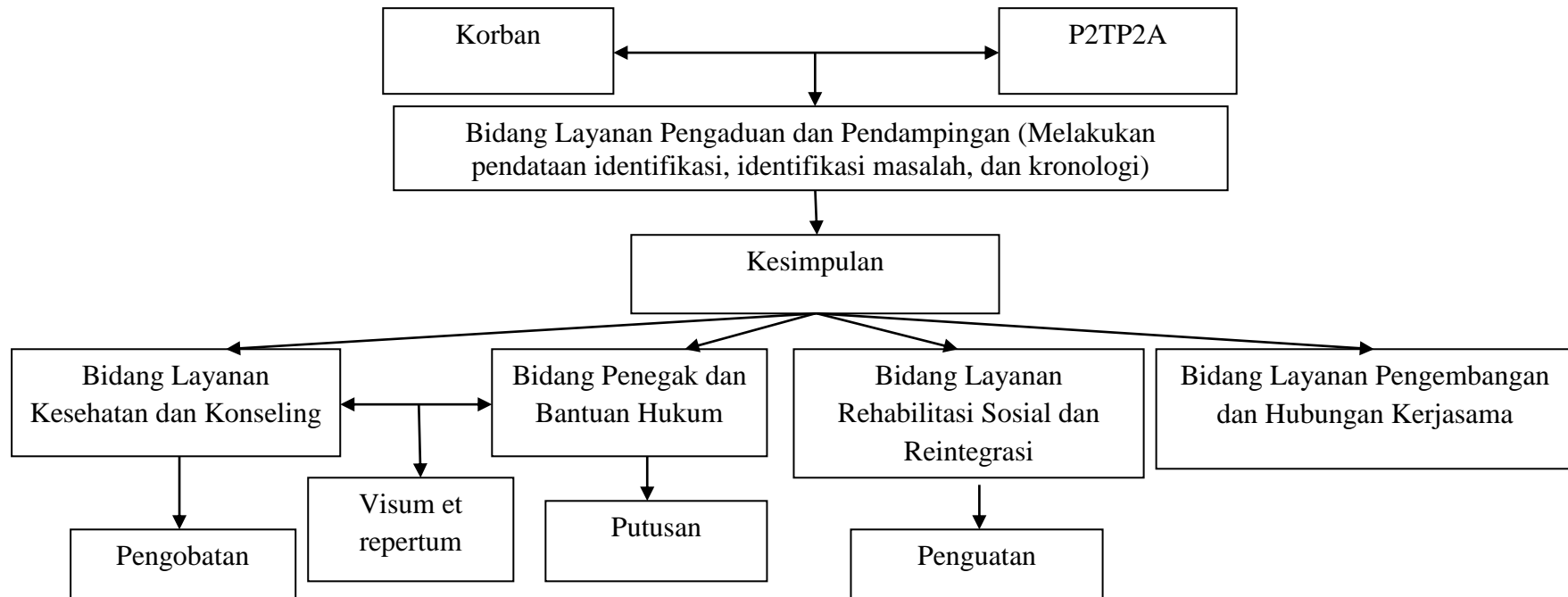
24.	Sulistiyowati, A.K.S, M.M	Kabid Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Dinas Sosial	Ketua Bidang Rehabilitasi sosial Pemulangan dan Reintegrasi
25.	Isti Titi Sarwosih, S.Sos., M.M	Kasi. Penempatan Tenaga Kerja dan Transmigrasi Disdagnakerkop dan UKM	Anggota
26.	Anik Ekawati Mulyaningsih	Tim Penggerak PKK Kabupaten	Anggota
27.	Dian Sasmita S.H	Direktur Sahabat KAPAS Colomadu/Lembaga Sosial Kemasyarakatan	Anggota
28.	Arie Diana Siswandari A.Md	Tim Penggerak PKK Karanganyar	Anggota
29.	Drs. Museri, M.M	Kasi. Bimbingan Masyarakat Islam Kemenag	Anggota
30.	Zulfikar Hadidh, S.H	Kepala Bagian Hukum Setda Karanganyar	Ketua Bidang Penegakan dan Bantuan Hukum
31.	Sri Haryanti, SH, MH	Hakim PengadilanNegeri Karanganyar Kelas II	Anggota
32.	Asep Ridwan Hotoys, S.H.I, M.Ag	Hakim Pratama uatam Pengadilan Agama Kelas I-B	Anggota
33.	Dr. Kadi Sukarna S.H, M.Hum	Advokat	Anggota
34.	Titik Umarni, S.H.,	Sekretaris DP3APPKB	Anggota

	M.M	Karanganyar	
35.	Anna Kurnianingsih	Tim Penggerak PKK Kabupaten	Anggota
36.	Dwi Cahyono, S.Sos., M.Si	Kapala Badan Perencanaan Penelitian dan Pengembangan	Ketua Bidang Kerjasama Pengembangan dan Hubungan Masyarakat
37.	Jaka Waluya, S.I.P, M.M	Kabid. Pelayanan Pencatatan sipil Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil	Anggota
38.	Sri Setyati, S.Sos	Tim Penggerak PKK Kabupaten	Anggota
39.	Nurini Retno Hartati, SH., M.M	Sekretaris Dinas pendidikan dan Kebudayaan	Anggota
40.	Septiana Rosita H, S.Psi	Kasi Perlindungan Perempuan DP3APPKB	Anggota
41.	Agus Romadhoni, S.Kom	Kasi Pengembangan Sistem Informasi Manajemen Dinas Komunikasi dan Informatika	Anggota
42.	Bagus Darmadi, S.H., M.M	Kepala Pelaksanaan Badan Penanggulangan Bencana Daerah	Anggota

**Bagan Struktur Organisasi P2TP2A Karanganyar**

*Gambar 4. 1 Struktur Organisasi P2TP2A Karanganyar*

### Bagan Mekanisme Layanan P2TP2A Karanganyar



Gambar 4. 2 Mekanisme Layanan P2TP2A Karanganyar

## 6. Mekanisme Pelayanan P2TP2A

Berdasarkan uraian gambar di atas, dapat diketahui prosedur teknis penanganan kasus kekerasan terhadap perempuan dan anak dilakukan bisa secara langsung baik mitra atau korban datang sendiri maupun tidak langsung melalui pengaduan dengan memanfaatkan media telepon atau media lainnya. Prosedur penanganan kasus kekerasan terhadap perempuan dan anak oleh P2TP2A Karanganyar dapat di jelaskan dalam empat tahapan umum sebagai berikut:

### a. Pelaporan atau pengaduan

Tahapan pelaporan atau pengaduan adalah tahapan paling awal dalam penanganan kasus kekerasan terhadap perempuan dan anak. Menurut Anastasia, tahapan pelaporan ini merupakan langkah awal dalam penanganan kasus kekerasan. Menurutnya, P2TP2A Karanganyar merupakan lembaga yang berwenang untuk menerima pelaporan. Pihak korban atau mitra bisa secara langsung melakukan pengaduan dengan mendatangi kantor, atau boleh juga dilakukan dengan tidak langsung melalui telepon atau media lainnya.

### b. Penerimaan pengaduan

Setelah pengaduan dilakukan pihak korban, langkah selanjutnya berupa penerimaan dari pihak P2TP2A Karanganyar. Penerimaan tersebut dalam bentuk mencatat serta melakukan

rekapitulasi data korban. Untuk itu, pihak korban dianjurkan untuk memenuhi persyaratan seperti identitas berupa KTP dan KK atau akte kelahiran dan data lainnya yang diperlukan. Tahapan ini cukup penting untuk kemudian dimasukkan dalam data tahunan.

c. Assesmen dan layanan korban

Tahapan selanjutnya adalah assesmen kebutuhan korban. Istilah assesmen secara sederhana berarti pengukuran atau identifikasi masalah. Dalam kaitan dengan hukum dan psikologi, assesmen dilakukan dalam kaitan dengan identifikasi masalah. Di dalamnya berupa observasi atau pengamatan terhadap perilaku seseorang dalam situasi tertentu. Pengamatan ini bertujuan untuk melakukan tahapan selanjutnya, berupa assesmen atau identifikasi permasalahan. Berhubungan dengan konteks penanganan kasus kekerasan terhadap perempuan dan anak, Anastasia menyebutkan tahapan assesmen ini dilakukan untuk mengenali lebih jauh tentang korban, atau mengidentifikasi masalah pada korban, sehingga dapat ditentukan layanan lebih lanjut apakah korban membutuhkan layanan hukum, layanan psikologi oleh psikolog, layanan rehabilitasi sosial atau korban membutuhkan keduanya. layanan tersebut secara bersamaan. Untuk ketiga jenis layanan tersebut dapat di artikan kembali dalam uraian berikut:



- 1) Layanan hukum meliputi analisa atau identifikasi kebutuhan korban serta pilihan pola penyelesaiannya (menggunakan pola nonlitigasi atau litigasi). selanjutnya Pendampingan korban dalam penyelesaian kasus baik secara litigasi maupun non litigasi. Kemudian membangun komunikasi dengan lintas sektor peradilan. Disini P2TP2A bekerjasama dengan Kepolisian Karanganyar, kejaksaan Surakarta, dan Spek HAM Solo. Setelah itu mempersiapkan bahan-bahan pendukung gelar perkara pada semua tingkatan baik internal P2TP2A Karanganyar maupun eksternal dengan institusi peradilan. serta membuat laporan pendampingan kasus yang disampaikan kepada Ketua Divisi Pelayanan. Dan terakhir menyusun laporan bulanan yang disampaikan kepada Ketua Divisi Pelayanan.
- 2) Layanan psikologis yang meliputi memberikan layanan dan dampingan psikologis dan konseling sesuai kebutuhan korban, kemudian melakukan kegiatan kunjungan ke mitra (home visit) untuk mendapatkan informasi secara lengkap dan lingkungan sekitar korban. memberikan keterangan saksi ahli jika diperlukan dalam proses hokum serta menyusun laporan bulanan yang disampaikan kepada Ketua Divisi Pelayanan.
- 3) Layanan rehabilitasi sosial meliputi: (1) Memberikan pelayanan terkait dengan kondisi korban terhadap lingkungan

sosialnya sesuai dengan kebutuhan korban, serta menyusun laporan bulanan yang disampaikan kepada Ketua Bidang Pelayanan.

d. Terminasi Kasus

Tahapan akhir dari penanganan kasus kekerasan terhadap perempuan berupa terminasi kasus. Istilah terminasi secara sederhana berarti pengakhiran bantuan atau pelayanan terhadap korban. Terminasi juga bermakna satu kegiatan yang bertujuan untuk memberikan kepastian berakhirnya pelayanan kesejahteraan sosial yang diberikan kepada penerima pelayanan. Menurut Anastasia, tahapan terminasi yang dilakukan terhadap perempuan dan anak korban kekerasan guna mengakhiri sesi layanan pada korban. Bertolak dari uraian di atas, dapat diketahui bahwa prosedur penanganan kasus kekerasan terhadap perempuan dan anak di Karanganyar secara khusus dilipihkan pada P2TP2A Karanganyar, merupakan lembaga yang berada di bawah koordinasi langsung DP3APPKB Karanganyar. Prosedur penanganan kasus secara umum meliputi empat tahapan, yaitu tahapan pelaporan atau pengaduan dari korban/mitra, kemudian tahapan penerimaan dan pencatatan identitas, tahapan identifikasi korban dan pelaksanaan bidang layanan hukum, atau psikologi, atau layanan rehabilitasi sosial, dan tahapan akhir yaitu kegiatan pengakhiran pelayanan pada korban.

## **7. Jumlah Kasus Kekerasan Di P2TP2A Karanganyar**

Kasus kekerasan terhadap perempuan dan anak di Karanganyar sepanjang tahun 2019 terhitung meningkat hingga tahun 2021 meskipun mengalami kenaikan kasus tersebut tidak begitu signifikan. Berdasarkan rekap data pada Pusat Pelayanan Terpadu Perempuan dan Anak (P2TP2A) Karanganyar, menunjukkan kasus kekerasan perempuan dan anak di temukan dengan kategori perlakuan yang berbeda-beda. Rasio kekerasan perempuan dan anak juga ditemukan hampir berimbang secara jumlah. Hanya saja, kasus kekerasan terhadap anak dengan berbagai kriterianya memang menempati posisi yang masih tinggi dibandingkan perempuan. Di Tahun 2019, kekerasan terhadap perempuan di Karanganyar berjumlah 27 kasus, sementara untuk anak berjumlah 7 kasus. Sementara itu, sepanjang tahun 2020 ditemukan adanya penurunan dengan kasus perempuan berjumlah 11 kasus dan kenaikan untuk kasus pada anak berjumlah 26 kasus. Sedangkan pada tahun 2021, tercatat kekerasan terhadap perempuan berjumlah 19 kasus dan kekerasan pada anak 20 kasus.

Menurut Anastasia, selaku ketua bidang pengaduan dan pendampingan P2TP2A Karanganyar mengungkapkan bahwa kasus kekerasan terhadap perempuan dan anak dalam rentang tahun 2019 hingga 2021 mengalami kenaikan. Rasio kasus yang diperoleh dari tiga tahun terakhir menunjukkan kasus kekerasan terhadap anak menempati pada posisi yang riskan. Hal ini menurut Anastasia disebabkan oleh

kurangnya perhatian khusus bagi anak dalam konteks masyarakat, maraknya kasus covid 19 yang mengakibatkan terombang-ambing nya tatanan sosial terutama dalam keluarga, di samping anak-anak memang disinyalir sebagai pihak yang paling rentan mendapat perlakuan kasar, baik dalam lingkungan keluarga maupun masyarakat.

## **8. Program Kegiatan P2TP2A Karanganyar**

### **a. Sosialisasi**

Kegiatan sosialisasi atau penyuluhan terkait dengan kekerasan terhadap perempuan dan anak kepada masyarakat karanganyar berfokus pada bidang pendidikan dilanjutkan pada tingkat desa. Hal ini dilakukan dalam rangka meningkatkan kesadaran akan meningkatnya kasus kekerasan di Karanganyar. P2TP2A bekerjasama dengan Yayasan KAKAK Surakarta dalam menyelenggarakan kegiatan sosialisasi dan penyuluhan terkait meingkatnya tindak kekerasan kepada masyarakat di bumbui tema terkait bullying pada bidang pendidikan. Kegiatan ini merupakan rangkaian program tahunan penyuluhan anti kekerasan yang dilaksanakan oleh P2TP2AKaranganyar. Maksud kegiatan adalah untuk menarik antusias warga terhadap pengetahuan dan pemahaman kekerasan yang meliputi berbagai aspek dan dapat menimpa kepada siapa saja. Tujuan kegiatan adalah memberikan pengetahuan, pemahaman serta meningkatkan kesadaran anti kekerasan di masyarakat sehingga tercipta masyarakat berhati

nurani, beretika dan cerdas. Peserta merupakan dari berbagai kalangan kelompok baik itu di bidang sosial maupun pendidikan. Kegiatan Sosialisasi tersebut akan di pandu pihak P2TP2A Karanganyar serta mendatangkan narasumber baik dari pihak P2TP2A atau pihak dari Yayasan KAKAK Surakarta.

b. Pendampingan korban

Pendampingan korban dilakukan oleh tenaga kesehatan maupun pekerja sosial dengan cara memberikan konseling, terapi sesuai kebutuhan korban atau advokasi guna penguatan dan pemulihan diri korban. Dalam hal ini P2TP2A Karanganyar tidak selalu melakukan pendampingan terhadap korban termasuk korban kekerasan dalam rumah tangga maupun kasus lainnya, berhubungan dengan kasus kekerasan dalam rumah tangga yang menimpa remaja hingga depresi maka pendampingan dilaksanakan jika diperlukan saja. Pendampingan korban di P2TP2A diberikan oleh psikolog terkait pemeriksaan psikologis yang telah dilakukan sebelumnya. Jadi hanya beberapa kasus yang di arahkan ke psikolog. Hal ini yang seperti dikatakan oleh ibu A sebagai berikut:

*“Untuk kasus Kekerasan dalam rumah tangga pada remaja yang sampai mengalami depresi itu, bunda melakukan pendampingan jika si korban sedang mengalami kekambuhan yaa atau dia sedang tidak baik-baik saja”*

Pendampingan korban yang dilakukan jika korban kekerasan merasa sedih, perasaan bersalah yang tiba-tiba muncul,

dan tidak terkendali hingga mengganggu aktivitas korban. Maka akan di lakukanlah pendampingan agar korban kekerasan dalam rumah tangga yang mengalami depresi merasa tenang dan dapat mengontrol emosinya kembali,

*“Jadi begini wuk, untuk kasus kdrt itu kita melakukan pendampingan hanya melalui media sosial atau kita pantau begitu, tapi kalau untuk pendampingan psikolog jika remaja korban tersebut sedang tidak baik moodnya gitu.”*

Jadi dapat disimpulkan bahwa klien atau korban kekerasan seksual tidak selalu mendapatkan pendampingan dari psikolog namun korban selalu di dampingi oleh pekerja sosial dari P2TP2A Karanganyar. Pada psikolog hanya dilakukan jika memang diperlukan atau dibutuhkan dari pihak klien atau korban karena pada dasarnya pendampingan di P2TP2A Karanganyar hanya untuk keperluan penyelesaian permasalahan yang terjadi padanya. Proses pendampingan akan dilakukan setelah adanya konseling pemeriksaan psikologis dan tes psikologis pada klien atau korban kekerasan dalam rumah tangga yang bekerja sama dengan pidah Rumah Sakit Daerah Surakarta.

#### c. Konseling

Konseling menurut Smith (Amelda Tiara Citra, 2020) menjelaskan praktik konseling professional yaitu aplikasi kesehatan mental, prinsip-prinsip psikologis atau perkembangan

manusia, melalui intervensi kognitif, afektif perilaku, atau strategi untuk menangani kesejahteraan, pertumbuhan pribadi, atau perkembangan karir, serta kelainan. Penjelasan diatas sama seperti praktik konseling yang diberikan oleh P2TP2A Karanganyar kepada korban kekerasan dalam rumah tangga proses penguatan, pemulihan dan pemahaman terhadap korban. Tujuan dari praktik konseling untuk membuka pemikiran dan lebih percaya diri terhadap permasalahan yang dihadapi sehingga korban atau klien dapat menemukan solusi dari permasalahan sendirinya ke arah yang lebih baik dari berbagai sudut pandang. Konseling yang diberikan oleh P2TP2A Karanganyar juga dalam bentuk konseling pemeriksaan psikologis yang bertujuan untuk membantu proses penyelesaian permasalahan korban yang terkait dengan kondisi psikologisnya. Proses konseling psikologis ini di lakukan berkerja sama dengan psikolog Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta maupun langsung dengan pekerja sosial P2TP2A Karanganyar. Hal ini bisa dilakukan secara individu, keluarga maupun kelompok antara psikolog dengan klien atau korban yang dilakukan di tempat yang layak baik secara langsung maupun tidak langsung.

*“kalau di P2TP2A ini ada konseling dengan beberapa bentuk wuk, ada metode diskusi jadi bareng-bareng gitu, kemudian individu yang sama bunda, terus juga ada yang memang langsung ke psikolog.”*

Bentuk konseling di P2TP2A Karanganyar berupa wawancara, diskusi maupun terapi untuk korban atau klien sesuai

dengan kasus yang terjadi. Untuk bentuk konseling berupa diskusi biasanya dilakukan secara kelompok yang lebih menekankan pada support group kepada korban atau klien. Hal ini dikatakan oleh ibu A sebagai berikut :

*“kalau berbicara seluruh kasus kekerasan disini, cukup banyak korban sehingga bunda memberikan suatu bentuk kelompok untuk diskusi nah disitu para korban bisa menceritakan berbagai pengalaman mereka dan bisa jadi penguat mereka juga to, tapi disini saya juga memandunya dan mengarahkan mereka dalam membangun topik pembicaraan, kan biasanya kalau sama-sama menjadi korban kekerasan bisa menerima penjelasan dari berbagai aspek itu baik.”*

Berdasarkan wawancara diatas, bahwa proses konseling secara kelompok dengan tujuan memberikan dukungan kepada beberapa korban atau klien yang memiliki kasus yang sama. Sedangkan bentuk konseling cerita sesama korban agar saling menguatkan satu sama lain. Namun dalam proses konseling secara kelompok didampingi oleh pekerja sosial P2TP2A Karanganyar yang bertujuan untuk membangun suasana agar peserta konseling tetap fokus terhadap topik permasalahan. Pekerja sosial juga berperan memberikan masukan yang positif bagi peserta konseling sehingga membantu peserta konseling mendapat arahan untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Sedangkan proses konseling dalam bentuk terapi dilakukan sesuai dengan psikolog dan kasus yang dihadapi oleh klien atau korban kekerasan. Dalam perbincangannya, ibu A berkata :



*“terapi biasanya di sesuaikan oleh kasus dan pemeriksaan psikologis serta psikolognya itu sendiri, jika kali ini kasus berfokus pada korban kekerasan dalam rumah tangga, dalam penganangannya psikolog menggunakan metode terapi menulis yang pake kertas itu buat melihat perasaan yang di alami korban.”*

Jadi terapi yang biasa digunakan oleh psikolog P2TP2A Karanganyar terhadap korban kekerasan dalam rumah tangga adalah terapi menulis ekspresif, yaitu proses mengali perasaan masalah korban melalui gerakan tangan berupa tulisan melalui media kertas atau buku diary. Waktu pertemuan konseling tidak rutin dilakukan antara korban kekerasan dalam rumah tangga dengan psikolog, seperti yang dikatakan oleh ibu anastasia ini :

*“nah untuk kasus ini itu menyesuaikan korban mintanya kapan dan menyesuaikan jadwal psikolognya gitu. Biasanya sebulan sekali sampai dua kali.”*

Jadi dapat disimpulkan bahwa waktu pertemuan konseling tergantung dari klien atau korban kekerasan dalam rumah tangga untuk mengadakan pertemuan dan membutuhkan konseling dengan psikolognya tidak ada jadwal rutin yang dibuat. Berdasarkan penjelasan-penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa proses konseling di P2TP2A Karanganyar merupakan proses pemulihan yang diberikan kepada korban dimaksud agar korban dapat menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya dan segera pulih dari dampak kasus kekerasan dalam rumah tangga yang menyimpannya melalui beberapa bentuk konseling yang diberikan.

## B. Hasil Temuan

### 1. Identitas Subjek

#### a. Subjek I

Nama Inisial	:R
Usia	:17 Tahun
Pekerjaan	:Siswa
Bentuk kekerasan	:Kekerasan dalam rumah tangga
Diagnosa	:Depresi berat
Psikolog	:M

- Deskripsi Korban :

R merupakan seorang siswa yang saat ini berusia 17 tahun dan menduduki bangku kelas 11 IPA sekolah di Menengah Atas di wilayah Surakarta. R merupakan anak sulung dari 3 bersaudara yang mana adik kedua berjenis kelamin laki-laki dan yang ketiga adalah perempuan. R memiliki kisah kelam selama hidupnya yang bisa dikatakan berdampak pada kehidupannya sekarang. R merupakan salah satu korban kekerasan dalam rumah tangga yang dilakukan oleh ayah kandung sendiri, berawal dari perceraian kedua orang tua R. Dari sinilah drama kehidupan R terjadi. Karena perpisahan dari orang tuanya tersebut R akhirnya tinggal bersama dengan ayah kandungnya bersama kedua adiknya. Perceraian itu terjadi saat R berusia 12 Tahun tepatnya pada saat R menduduki bangku sekolah dasar kelas 6.

Seiring berjalannya waktu ayah R memutuskan untuk menikah lagi dan mendapat kan 2 adik dari ibu kandungnya. R mengaku sejak pertama perpisahan ibu dan ayahnya, R tidak pernah lagi melihat ibunya. Dan ketika ayahnya menikah lagi sikap ayahnya pun mulai berbeda dengannya. Dalam pengakuan R, R diperlakukan secara tidak adil oleh ayahnya. R merasa tidak diperdulikan dan tidak di fasilitasi dengan baik oleh ayah kandungannya selama sekolah. R merasa di bedakan dengan adik-adiknya juga. Selain itu terkait dengan pertemuan dengan ibunya R pun tidak diizinkan oleh ayahnya untuk bertemu sosok ibu kandungnya. Selama covid melejit di Indonesia, dunia pendidikan pun vakum, selama itu juga R tidak di fasilitasi dengan baik oleh ayahnya seperti handphone yang diambil ayahnya dan juga laptopnya yang ikut di sita oleh ayahnya. Dalam hal ini R merasakan kesedihan yang mendalam. R merasa dirinya tidak berguna dan selalu merasa bersalah hingga pada akhirnya R melukai dirinya sendiri hanya untuk melepaskan beban dalam diri.

R mengaku sejak perceraian itu dia menjadi sosok yang tertutup dan membatasi diri dengan lingkungannya. Dan di berteman dengan teman yang dia anggap sejalan dengannya. Akibat dari ini R sangat sulit untuk membaur dalam keramaian, dia merasa takut sekali. Dia pernah mencoba melwan tetapi tidak bisa. Dalam hal ini R merasakan kejanggalan pada dirinya

sehingga dia mencari informasi terkait dengan kasus yang di hadapinya dan akhirnya masuk di P2TP2A sebagai korban kekerasan dalam rumah yang harus di dampingi.

#### **b. Subjek II**

Nama :A

Alamat :Karanganyar

Pekerjaan :Ketua Bidang Pendampingan dan Pengaduan  
P2TP2A Karanganyar

- Deskripsi Subjek :

P2TP2A Karanganyar memiliki susunan tim di dalamnya yang buat sedemikian rupa untuk melayani kkorban-korban kekerasan di Kabupaten karanganyar. A merupakan salah satu pekerja sosial P2TPA yang menjabat sdalam tim sebagai ketua bidang pendampingan dan pengaduan yang bertugas menyelenggarakan, mengatur, mengevaluasi , dan bertanggung jawab pada ketentuan peraturan perundang-undangan di Kabupaten karanganyar. A menduduki posisi tersebut sejak tahun 2019.

Beliu telah menerima, menangani, dan melakukan pendampingan banyak kasus seperti, kekerasan dlam rumah tangga, kekrasan seksual, pencabulan dan lain sebagainya. Beberapa cara dilakukan pihak P2TP2A Karanganyar salah satunya dengan menggunkan terapi menulis ekspresif bekerjasama dengan pihak rumah sakit jiwa daerah surakarta dalam pelaksanaan terapi tersebut.

**c. Subjek III**

Nama :M  
Alamat :Surakarta  
Pekerjaan :Terapi Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta

- Deskripsi Subjek :

Dalam penanganan kasus di P2TP2A Karanganyar bekerjasama dengan pihak psikologi rumah sakit jiwa daerah Surakarta dengan tujuan untuk memenuhi kebutuhan korban kekerasan yang ditangani oleh pihak P2TP2A Karanganyar serta bentuk upaya pendampingan pada korban kekerasan untuk mendapatkan pelayanan medis yang berkaitan dengan kondisi psikologisnya.

M merupakan terapi yang menangani korban kekerasan dalam rumah tangga yang mengalami depresi dalam kategori berat. M menangani korban kekerasan dalam rumah tangga tersebut dengan di dasari riwayat pemeriksaan psikologis dari korban remaja tersebut hingga pada akhirnya M merupakan tenaga profesional yang membantu memulihkan psikologis remaja korban yang mengalami depresi dengan terapi menulis ekspresif. M beranggapan pada dasarnya adanya proses terapi menulis ekspresif ini dilakukan agar suatu perasaan terpendam yang tidak bisa diungkapkan dapat dicurahkan melalui sebuah tulisan.

## 2. Hasil Penelitian

Kekerasan dalam rumah tangga membutuhkan proses pemulihan untuk mengatasi dampak yang diterima setelah kasus kekerasan tersebut menimpanya. Proses pemulihan korban kekerasan dalam rumah tangga melewati beberapa tahapan yang harus dilalui. Diawali dari pelaporan korban yang mengeluhkan segala kondisinya. Seperti penuturan ibu A sebagai berikut :

*“...yang pertama itu pelaporan tau pengaduan ini secara langsung melakukan pelaporan dengan mendatangi kantor, rujukan, penjangkauan yang memang ketika ada laporan mendesak kita langsung ada penjangkauan korban tersebut.”*

Hal tersebut dilakukan korban R dalam pembuatan laporannya bawasannya dia berkata :

*“Itu puncaknya pada tahun 2020 sampai 2021. Aku udah sempet mau da pikiran bunuh diri karena adanya tekana dari keluarga dan juga diri aku sendiri...”*

*“...terus membuat laporan ke komnas HAM kemudian 2 bulan ssetelahnya saya mendapatkan balasan itu. Kemudian berencana saya keluar dari rumah sampai akhirnya tiba di karanganyar rumah nenek ku yang dari ibu, ya setelah itu 1 bulan kemudian, bunda datang ke rumah dan bertanya seperti apa kronologi kejadiannya gitu.”*

Pada tahap pertama dalam penanganan korban remaja kekerasan dalam rumah tangga berawal pada tahun 2020 sampai 2021 hingga akhirnya korban memutuskan untuk membuat pengaduan ke Komnas HAM Surakarta kemudian atas hasil rujukan tersebut P2TP2A ditunjuk untuk melakukan pendampingan dan penanganan terhadap korban tersebut. Pada tahap kedua terkait dengan penerimaan

pengaduan oleh korban dan berdasarkan hasil pelaporan di Komnas HAM dua bulan kemudian masalah ini baru dapat di tangani dan satu bulan kedepannya P2TP2A melakukan penjangkauan terhadap korban tersebut.

Pada tahap selanjutnya yakni mengidentifikasi masalah yang bertujuan untuk memudahkan penanganan dalam kasus ini, hingga layanan yang tepat untuk diterapkan pada remaja korban tersebut. Seperti penuturan ibu A sebagai berikut :

*“...mengidentifikasi masalah kembali masalah korban atau apa saja yang menjadi kebutuhan korban begitu. Disini pun kita melakukan pengecekan atau pengamatan lagi wuk tujuannya apa agar kita lebih mudah mengali informasi korban, apa yang di butuhkan korban kemudian layanan apa yang tepat untuk si korban tersebut.”*

Dalam penanganan tersebut korban mendapatkan layanan psikologis, karena pada kondisi awal korban menunjukkan gangguan psikologis yang memang harus di tangani secara langsung pada ahlinya sehingga korban dapat tertangani dengan benar. Hal ini seperti penuturan ibu A sebagai berikut :

*“...untuk kasus remaja yang mengalami depresi itu wuk dia hanya pakai layanan psikologis..”*

Kondisi awal korban menurut penuturan A sebagai berikut :

*“...dia itu pribadi yang introvet wuk misal ditanya begitu jawabnya secukupnya saja. Dan dia itu wuk merasa takut dalam keramaian, jadi kalau di tempat yang ramai itu dia tidak bisa seperti merasa takut begitu, di lengan tangan itu juga ada bekas-bekas sayatan benda tajam banyak*

*sekali yaa begitu ketika dia itu merasa dirinya tidak berguna dia pasti menyileti lengan tangannya itu...”*

Setelah melalui tahapan penanganan yang telah dilakukan korban tersebut melakukan pemeriksaan medis untuk mengetahui gangguan yang muncul dari dalam diri korban. Pada hasil pemeriksaan di rumah sakit jiwa daerah surakarta korban di diagnosis mengidap gangguan suasana hati atau depresi. hal ini di ungkapan oleh ibu A sebagai berikut :

*“...dan dilakukan pemeriksaan memang dia mengalami gangguan depresi.”*

Hingga pada akhirnya korban mendapatkan penanganan medis memulihkan kondisinya dengan di dampingi psikolog yang memberikan obat anti depresan dalam mengobati kecacauran dirinya korban dan seorang terapis di pruntukkan dapat mengurangi kebiasaan buruk korban ketika emosinya sedang tidak tekontrol. Seperti penuturan ibu A sebagai berikut :

*“...jadi R itu ada psikolognya wuk disitu dia di berikan obat-obatan untuk dikonsumsi ben pikiran e ki tenang bn ra kumat-kumatan terus gitu,, iyaa.. dan kemudian kan dia ada pendampingan terapis juga biar apa koyo kebiasaan nyileti tangan iku iso ilang gitu wuk.”*

Dalam penanganan selanjutnya korban diarahkan untuk melakukan suatu terapi. Terapi untuk menangani depresi pada remaja tersebut dengan menggunakan metode menulis atau dengan terapi menulis ekspresif yang melalui beberapa tahapan juga. maka untuk menganalisa tahapan proses terapi menulis ekspresif sesuai dengan



kasus yang di hadapi oleh korban. Dalam penerapan terapi menulis ekspresif diharapkan dapat mampu membantu korban dalam mengungkapkan isi hati seperti penuturan ibu M sebagai berikut

*“jadi gini dek, pada dasarnya terapi menulis ekspresif ini sama hanya simpelnya itu suatu proses untuk mengetahui perasaan yang dipendam korban yang mana tidak dapat di ungkapkan secara verbal sehingga terwujudnya dengan suatu tulisan itu.”*

Jadi dapat disimpulkan bahwa di terapkannya terapi menulis ekspresif ini guna membantu menyelesaikan terkait dengan perasaan korban yang tidak dapat di ungkapkan secara verbal. Sehingga dengan adanya perlakuan terapi tersebut secara bertahap agar membantu korban dalam mengurangi kebiasaannya yakni menyakiti dirinya sendiri jika di rasa korban tersebut merasa sedang tidak mengontrol emosinya sehingga mengantinya dengan menuangkannya dalam sebuah tulisan.

Kemudian pada sat terapi ini akan berlangsung, pada hasil observasi ibu A akan memberikan penguatan terhadap korban agar dapat melalui proses terapi ini dengan baik dan memberikan pengarahannya jika tujuan terapi ini untuk kebaikannya. Hal ini terlihat ibu A yang sudah menenangkan korban dengan memberikan sentuhan seperti pelukan dan belaian halus sembari mengucapkan kata-kata berupa dukungan positif pada korban.

Dalam melakukan proses terapi menulis ekspresif ini terdapat beberapa prosedur yang dilakukan oleh terapis P2TP2A Karanganyar. Prosedur atau tahapan yang dilakukan dengan menganalisis berdasarkan cara dan durasi berbeda sesuai dengan kedalaman masalah yang dihadapi korban serta menganalisa panduan sederhana oleh Pennebaker & Baikie. Penulis membaginya dalam 3 sesi dalam pelaksanaan terapi menulis ekspresif :

a. Sesi 1 atau pembukaan

Pada tahap ini dimana terapis P2TP2A Karanganyar mengenal korban masing-masing. Dalam hal ini, setiap terapis mendapat klien sesuai dengan rujukan yang diterima. korban kekerasan yang datang untuk melakukan pemulihan biasanya menghubungi langsung ke pihak psikolog Rumah Sakit Jiwa Surakarta dan memiliki surat rujukan dari suatu lembaga atau P2TP2A. Dalam komunikasi ini korban di bantu oleh pekerja sosial P2TP2A. Setelah korban atau klien menghubungi perkerja sosial yang mendampingi, pekerja sosial tersebut akan membuatkan janji dengan terapis. Terapis akan disesuaikan berdasarkan surat rujukan yang telah melalui pemeriksaan medis. Seperti yang dikatakan ibu M bahwa :

*“jadi saya hanya mengikuti prosedur yang ada, terkait dengan menganani korban remaja yang mengalami depresi tersebut, karena sudah menjalani pemeriksaan medis juga hingga di lempar ke saya.”*

Untuk bisa mengenal korban remaja tersebut biasanya harus mendalami riwayat medisnya dulu seperti apa kemudian apa yang harus dilakukan ketika menghadapi korban tersebut atau secara tidak langsung strategi yang digunakan untuk menangani korban tersebut. Agar menimbulkan situasi yang nyaman agar proses terapi menulis ini dapat berjalan sesuai yang diharapkan. Dalam pembangunan rapport oleh ibu M terhadap remaja yang mengalami depresi R ini dengan mengauli dia atau dengan menjadi teman sebayanya bertingkah seolah-olah teman seangkatan dan dapat mengartikan setiap perkataan dari remaja R tersebut. Seperti penuturan ibu M sebagai berikut :

*“jadi ketika menghadapi R ini saya harus melihat dia dulu, karekternya seperti apa, dan oh ternyata R ini memang orangnya sangat kekinian selai dan gaul jadi saya ya harus bergaya sesuai dengan dia dan nyambung.”*

Kemudian setelah dilakukan suatu pembangunan rapport antara terapis dirasa telah berhasil dan korban merasa nyaman. Selanjutnya dalam proses ini terapis juga harus mampu menjelaskan terkait perlakuan yang akan dia berikan dalam penanganan kasus korban tersebut, karena diisi tujuan dari proses terapi ini untuk menggali perasaan yang di pendam pada korban kemudian terapis memberikan pengarahan, penjelasan, serta motivasi kepada korban agar terus dapat melakukan prosedur terapi ini hingga akhir. Seperti yang dituturkan oleh ibu M sebagai berikut :

*“kemudian setelah pengenalan ini biasanya saya sematkan tujuan dari terapi ini, namun bahasa yang mudah di pahami dan sesuai bahasa dia gitu yaa, selain itu saya sematkan motivasi yaa agar apa yaa.. yang akan dia ajalani sekarang akan berdampak baik di kedepannya gitu.”*

Dalam wawancara diatas dapat disimpulkan dalam sesi pertama terapis berusaha untuk menyakinkan korban R dalam menjalani proses terapi ini yang dapat membantu korban pulih dari depresinya. Kemudian untuk di pertemuan akan datang tentunya tidak lagi hanya pembangunan rapport melainkan juga akan berfokus terhadap korban agar dapat mengikuti prosedur terapi menulis ekspresif ini dengan penuh terbuka sehingga terapis dapat dengan mudah untuk melakukan tindakan selanjutnya. Seperti yang di tuturkan oleh ibu M sebagai berikut :

*“untuk sesi selanjutnya itu atau pertemuan selanjutnya ya masih berusaha membangun raport itu tadi yaa.. tapi emm.. lebih kepada ayoo..ayoo mendorong R ini untuk terbuka terkait dengan permasalahan gitu. Dan itu berlaku pada pertemuan selanjutnya, karena memang mood seseorang itu berbeda gitu jadi yaa kita menyesuaikan saja.”*

Jadi dapat disimpulkan pada sesi ini adalah suatu pengenalan oleh terapis dengan korban atau pembangunan raport yang baik dan disesuaikan dengan pembawaan korban serta menelisik karakter korban yang dihadapi. Untuk selanjutnya pada sesi ini juga terapis memberikan penguatan kepada korban berupa masukan dan saran yang baik sesuai dengan permasalahan yang dihadapi korban sehingga menjadi solusi yang tepat dalam

pemecahan masalahnya serta membantu merubah pola pikir korban dalam menghadapi masalah. Kemudian dalam sesi ini akan lebih di fokuskan untuk mendorong korban agar lebih terbuka dalam menuliskan apa yang menjadi permasalahan dalam diri korban. Untuk sesi pertemuan selanjutnya akan langsung fokus pada keterbukaan dalam proses terapi namun hal ini di dampingi dengan adanya kontrol emosi dari remaja korban tersebut.

b. Sesi Penerapan atau sesi menulis

Sesi penerapan ini merupakan tahapan yang dilakukan setelah adanya pengungkapan masalah korban kepada terapis yang menangani. Pada tahap ini terapis melakukan proses terapi menulis dalam menyelesaikan masalah korban sesuai prosedur yang telah dijelaskan pada tahap pertama. Dalam alur proses terapi menulis ini, terapis berperan aktif sebagai instruktur karena selama sesi berlangsung yang akan memandu proses ini adalah terapis. Seperti penuturan ibu M sebagai berikut :

*“untuk proses terapi menulis ini pasti saya yang memandu, saya akan memberikan medianya kertas dan bolpoin, setelah itu saya akan menyuruh korban untuk menuliskan seluru ueng- unegnya secara bebas tanpa topik jadi apa yang di rasakan saat ini. nah biasanya saya tidak batasi waktu jadi membiarkan korban ini menulis sesuka hatinya. Dan jika korban merasa cukup yaa akan saya hentikan proses menulis ini jadi. Jika saya membatasi waktunya maka yang dituliskan terkait dengan perasaannya akan dirasa kurang mencapai klimaks.”*

Hal ini sejalan dengan pengakuan remaja R yang mana sebagai berikut :

*“...tapi kalau nulis itu tergantung saya biasanya mau udahan atau mau lanjut gitu.”*

Dari hasil wawancara tersebut, bahwa dalam proses menulis ekspresif ini korban akan di beri media yaitu alat tulis dan sebuah kertas serta korban di minta untuk menuliskan isi hatinya yang selama ini dipendam. Waktu dalam proses penulisan ini terapis tidak memberikan jangka waktu. Hal ini di sesuaikan dengan kemauan kesediaan korban dalam menulis karena dapat menimbulakn ketidakefektifan daripada korban dalam menuliskan isi hati secara tidak tuntas.

Dalam hasil observasi korban R pada situasi tertentu memberikan penolakan ketika akan mengikuti sesi menulis, hal ini terlihat dari perilaku korban yang terlihat sangat tidak minat untuk menulis dengan melambatkan tangannya beberapa kali trhadap ibu M mengisyaratkan bahwa dirinya tidakminat untuk menulis.

Di saming pada hasil observasi didapati bahwa peran ibu A sangat berpengaruh terhadap kondisi korban, karena bersamaan dengan adanya penolakan, ibu A memberikan arahan kepada korban dengan membelai kepalanya sehingga korban akhirnya mau mengikuti proses terapi tesebut dengan sebagaimana mestinya.

Setelah melakukan sesi menulis ini, selanjutnya tulisan yang telah di selesaikan akan di berikan kepada terapis untuk di identifikasi selanjutnya Hal ini sejalan dengan penuturan ibu M bahwa :

*“jadi selama menulis ini ada suatu batasannya ketika korban enggan menulis atau sensitif pada tema atau bab tertentu hingga mengganggu korban maka sebaiknya tidak usah di tuliskan saja, jika tulisan dirasa sudah selesai, tulisan ini akan saya simpan dan saya pelajari untuk dijadikan pedoman pada sesi selanjutnya yaa.”*

Dengan pengulangan penurutan ibu M bahwa sebagai berikut :

*“...topik ini pasti berkaitan dengan masalah dia gitu, memang yang dia rasakan saat ini gitu tapi tidak lepas dari keterkaitan dengan masalahnya”*

Selanjutnya pengakuan subjek R keterkaitan dengan topik dalam sesi menulis terapi ini berlangsung sebagai berikut :

*“...biasanya sih aku nulis tentang kejadian lalu aku gitu kaya masih dipikiran terbayang-bayang, jadi kekesalan ku waktu itu masih ada disini, dan biasanya ya itu tentang masalah dan ungkapan kekesalan ku di saat ini gitu sih, beda-beda kadang tergantung mood ku saat itu.”*

Pada wawancara diatas, maka topik dalam sesi menulis ini tidak adanya topik yang menjadi pembahasan secara khusus dalam kata lain proses terapi ini melakukan penulisan dengan tema atau topik yang tidak ditentukan, yang mana topik ini muncul secara langsung dari remaja korban terkait sesuai dengan yang dia rasakan saat ini namun atas kejadian-kejadian itu tidak luput dari kejadian masalahnya. Kemudian dalam sesi penulisan terdapat suatu batasannya, yang memang ditujukan kepada korban ketika hal tersebut mengganggu atau membuat suasana hati korban berubah maka hal ini dihindari dan agar menjaga kenyamanan korban selama proses menulis ini.

Suatu tulisan dalam sesi menulis biasanya di fokus pada diri masing-masing yang menjadi klien saat itu. Hal ini akan di fokuskan pada

peristiwa yang di alami korban dan tidak melebar pada permasalahan dari orang lain. Hal ini seperti ungkapan dari ibu M sebagai berikut :

*“Untuk menulis ini tentunya kan untuk dirinya sendiri yaa, bolh kan mencerikan pengalaman emosionalnya gitu dengan melibatkan orang lain di dalamnya tapi kan fokus pada masalahnya dia gitu dek. Jadi tidak masalahnya siapa yang nulis siapa gitu kan. Jadi yaa fokus sama dirinya dan masalahnya.”*

Hal ini sejalan dengan pengakuan R yang mana sesi menulis ini berlangsung akan fokus pada masalah pribadinya, sebagai berikut :

*‘...biasanya kan terkait permasalahan saya, apa yang saya rasakan sekarang apa yang membuat ku kesal sekarang gitu tapi pasti ada kaitannya dengan kejadian masalahku kemarin...’*

Dalam sesi menulis ini pada dasarnya tidak mngandung suatu persyaratan tertentu di dalamnya ketika menulis, seperti tidak harus menggunakan bahasa baku dan ejaan yang harus benar. Seperti penuturan ibu M di bawah ini :

*“...jadi memnag tidak harus pakai bahasa baku gitu enggak, yaa suka-suka lah pokonya namanya juga ekspresif gitu”*

Dalam penulisan berlangsung pun remaja R mengaku dia tidak menghiraukan terkait dengan struktur tulisannya karena mngikuti arahan yang ada, sebagai berikut :

*“Tidak ada sih, yaa mengikuti arahan saja”*

Dalam pelaksanaan proses terapi ini berada pada suatu tempat yang nyaman di P2TP2A memilih tempat yang telah di sediakan oleh psikolog



yang bersangkutan yakni di ruang terapi Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta. Seperti penuturan ibu M Sebagai berikut :

*“untuk tempat terapinya.. ya disini, karena kan R juga di antar kesini janji di ruang Psikologi juga.”*

Selanjutnya dalam proses terapi ini sebaiknya dilakukan ketika korban sedang mengalami suasana hati yang sedang tidak baik atau bergejolak mengarah yang ke negatif, sehingga dapat memudahkan korban dalam mencurahkan isi hatinya yang saat ini terjadi hingga korban akan melalui proses menulis ini secara seksama atau dapat menjelaskan secara detail setiap apa yang korban rasakan selama ini. seperti wawancara pada ibu M berikut :

*“nah untuk momen nya yang tepat dalam melakukan sesi ini sebenarnya pas dia lagi kumat gitu, atau ee sedang bergejolak suasana hatinya, disitu bisa dimanfaatkan bahwa dalam proses ini berlangsung korban jadi lebih memperlihatkan secara detail gitu terkait permasalahannya.”*

Jadi dapat disimpulkan dari hasil wawancara, bahwa pada proses terapi menulis ini berada di tempat yang nyaman dan aman, sehingga korban bisa leluasa dalam melalui proses terapi ini. dalam proses terapi ini memiliki batasan pada suatu tema tertentu yang dianggap dapat merubah suasana hati korban dalam keberlangsungan proses menulis hingga korban bisa merasa takut, cemas atau sedih berlebihan. Jadi dalam penentuan topik selama proses terapi ini tergantung pada korban itu sendiri. Dalam frekuensi proses terapi ini tidak memiliki batas waktu atau disesuaikan dengan kesediaan korban dalam melalui proses menulis, maka korban bisa

mengemukakan perasaannya secara tuntas dan klimaks. Selain itu baik proses terapi ini dilakukan ketika korban sedang berada pada suasana yang mengarah pada sisi negatif karena hal tersebut bisa mempengaruhi proses terapi ini dan korban bisa mengeluarkan isi hati yang dapat dipahami secara detail saat itu juga.

c. Sesi penutup

Pada sesi ini biasanya merupakan proses dimana tujuan psikolog dengan korban telah selesai, namun tidak semuanya pada sesi akhir telah mencapai tujuannya, sehingga perlu adanya tindak lanjut sampai tujuan yang diinginkan dapat tercapai. Setelah dilakukannya rangkaian menulis ekspresif maka tiba pada pengakhiran proses. Korban akan di minta untuk dapat melakukan proses ini kembali dengan pandangan tenaga terapis. Seperti penuturan ibu M sebagai berikut :

*“untuk sesi akhir itu kalau baru pertemuan sekali biasanya saya suruh kesini lagi jadi mengikuti terapi lagi yaa.. sampai adanya titik terang atau apa yang menjadi tujuan utama sebelumnya bisa tercapai gitu kan.”*

Jadi pada hasil wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa sesi ketiga ini hanya memberikan suatu pengarahan terkait dengan keberlanjutan terapi dalam pemecahan masalah korban, pada pertemuan pertama korban akan di minta untuk kembali mengikuti rangkaian terapi hingga tujuan yang di capai sudah di dapat. Dan untuk pertemuan

selanjutnya menyesuaikan kembali kondisi dari korban. Menurut penuturan ibu M bahwa :

*“setelah menulis itu, biasanya kan saya nyuruh dia hadir lagi tetap menghubungi bunda juga agar di dampingi kan, kemudian juga saya menyarankan agar kebiasaan menulis ini bisa dia terapkan dirumah karena kan pertemuan kita akan ada penjadwalan dahulu jadi kaya ada jarak, ini bisa menjadi kebiasaan dia kan ketika sedang dwon bisa meluapkan perasaannya di tulisan atau buku diary.”*

Kemudian pada sesi akhir menurut hasil penelitian diatas terapis meminta korban untuk dapat membiasakan kebiasaan terapi ini atau menulis ketika korban sedang mengalami gangguan suasana hati. Hal ini karena dapat membantu korban dalam menghadapi suasana hatinya saat dalam permasalahannya. Dan karena jarak waktu terapi ini mengakibatkan korban mengalami suasana hati yang berbeda pula sehingga dapat memanfaatkan latihan menulis ini di dalam sebuah buku diary. Ibu M berkata bahwa :

*“dan kemudian saya akan memberikan buku catatan kecil gitu, say juga bilang ke bunda juga, agar buku mini ini bisa menjadi pegangan R gitu yaa jadi kaya buku catatan pribadi dia gitu.”*

Selanjutnya terkait dengan suatu respon daripada korban dalam melalui rangkaian ini cenderung berbeda-beda setiap pertemuan ada suatu sesi sangat berminat menulis atau sedang tidak minat menulis. Menurut penuturan ibu M berikut ini :

*“jadi ketika kita ketemu ada momen saat itu R sedang tidak berminat menulis yaa, karena alasan tertentu gitu, tapi saya tetap meminta dia untuk menulis dan mengambar juga juga karena kan*

*sedang tidak mau menulis, mungkin tidak mau banyak-banyak gitu.”*

Dari beberapa pertemuan antara terapis dengan korban dan telah melakukan suatu proses terapi tersebut, pajangnya suatu proses terapi dengan beberapa kali pertemuan yang tidak terjadwal sejak bulan november, seperti penuturan ibu M sebagai berikut :

*“Dan untuk waktunya, itu yaa saat pertama kali bertemu itu saya lupa yaa, tahun lalu itu bulan apa saya lupa, kalau tidak salah itu november dan untuk pertemuan kedua itu setelah dua minggu kemudian karena yang mengatur jadwalnya itu bunda annas yaa, jadi sering diatur waktunya disitu sampai eeee kepertemuan selanjutnya.”*

Hal ini sejalan dengan pengakuan ibu A yang mana selama korban melakukan terapi, beliau selalu mendampingi remaja R, sebagai berikut :

*“...Dan terapi menulis ekspresif ini diterapkan pada remaja R sudah 4 kali. Ee terhitung sejak bulan november 2021 yaa wukk.. Tetapi R ini ikut dengan bunda sudah sekitar hampir setahun gitu.”*

Dalam selama pemberian terapi menulis ini korban mengalami perubahan yang cukup signifikan dari sebelum adanya terapi. Dari cara korban mengontrol emosinya atau perilaku korban. Hal ini seperti penuturan ibu M sebagai berikut :

*“Untuk hasil dari terapi yang sudah di terapkan ini R sudah menunjukkan sisi perubahan yaa, di lihat dari sisi kebiasaanya pun dia sudah mulai mengilangkan kebiasaanya menyayat tangannya, ada perbandingannya disitu jadi memang sedikit demi sedikit gitu, kemudian kebiasaan tidur dia yang berantakan karena kan di apunya gangguan tidur juga sekarang juga mulai membaik meskipun itu belum tuntas yaa jadi perlahan juga,”*

Dalam pengakuan remaja R mengikuti sesi menulis tersebut. Dia mengaku sebagai berikut :

*“Lumayan yaa.. soalnya bisa lebih lega meskipun belum semua teratasi...”*

Hal ini sejalan dengan hasil observasi yang di dapati setelah korban telah mengikuti proses terapi menulis hal ini terlihat dari koan terlihat mengembuskan nafasnya yang menandakan kelegaan ketika keluar ruangan sambil menghampiri ibu A. Kemudian terlihat ibu A berusaha untuk memberikan penguatan kembali kepada korban R.

Kemudian dalam penuturannya kembali setelah beberapa kali mengikuti sesi menulis ini, remaja R mengaku mengalami perubahan perilaku yang berupa kebiasaan buruknya selama ini dapat terkontrol, sebgai berikut :

*“...kaya kebiasaan saya yang lagi down kan sering menyileti tangan aku tanpa sadar gitu, yaa jadi itu yang kebiasaanku paling bisa di kontrol saat ini...”*

Hal ini sejalan dengan pendapat daripada ibu A yang beliau lakukan pendampingan selama ini serta telah ada observasi pada remaja R tersebut, sebagai berikut :

*“Untuk proses terapi ini R itu mengaku lega setelah mengikuti arahan terapinya dan selama terapi ini di terapkan perubahan yang signifikan itu kebiasaan menyata tangan udah pelahan memudar, karena kan setiap kumat di selalu minta ayo bund ketemu sama bu M gitu, jadi dia sudah tau harus melapiaskan kemana gitu.”*

Jadi dalam sesi akhir ini merupakan akhir dari beberaspa sesi yang telah dilakukan sebelumnya dengan memberikan arahan pada korban untuk dapat hadir kembali pada pertemuan selanjutnya setelah penjadwalan. Dalam jarak pertemuan terapis dengan korban ini

mengakibatkan muncul ketidak minatan menulis dalam diri korban dari hasil pertemuan yang ke empatnya korban sudah menunjukkan perubahan positif dilihat dari aspek perilakunya. Kemudian terapis tetap memberikan pemahaman pada korban dalam memecahkan masalah yang dihadapi saat itu korban dapat memanfaatkan menulis sebagai sarana mencurahkan suasana hati yang bergejolak saat itu. Hal ini bisa menggunakan buku diary dalam media menulisnya. Sehingga terapis memberikan sebuah buku catatan kecil kepada korban untuk memudahkan korban dalam melalui terapi ini.

*Tabel 4. 2 Tabel Tahapan Terapi Menulis Ekspresif*

<b>Pelaksanaan</b>	<b>aktivitas</b>	<b>tujuan</b>	<b>Waktu</b>	<b>Topik</b>
Pertemuan 1, 2, 3, dan 4	1.Pembukaan	Membangun rapport, memberikan arahan terkait dengan terapi dan memberikan penguatan pada korban	Tidak ditentukan	
	2.Sesi menulis	Memberikan intruksi pada korban untuk menceritakan pengalamannya dengan tulisan	tidak ditentukan	Tidak ditentukan (ditekankan pada saat ini yang dirasakan atau dipendam)
	3.sesi penutup	Menutup sesi menulis, memberikan arahan kepada korban agar	Tidak ditentukan	

		dapat mengikuti sesi terapi kembali, dan memotivasi korban agar membiasakan dirinya menceritakan masalahnya di sebuah tulisan.		
--	--	--	--	--

### C. Pembahasan

Dalam bab ini, penulis akan menganalisa terkait proses penerapan terapi menulis ekspresif pada remaja korban kekerasan dalam rumah tangga yang mengalami depresi. Adapun analisis pada bab ini fokus pada proses terapi menulis ekspresif melalui 3 sesi atau tahapan. Pada bab ini penulis akan meninjaunya melalui teori (Rahmawati, 2014) yang mana setiap proses terapi tersebut menggunakan durasi dan cara menulis yang berbeda karena setiap kasus memiliki tingkat kedalaman masalah yang dihadapi, sehingga dibutuhkan cara dan durasi yang berbeda pula. Sedangkan pada prosedur terapi ini, penulis akan meninjau kembali teori panduan sederhana terapi menulis ekspresif yang direkomendasikan oleh Pennebaker & Baikie (Yulianti, 2018) yang memiliki 8 panduan.

#### **Penyebab terjadinya depresi**

Pada dasarnya kasus kekerasan dalam rumah tangga yang menimpa pada remaja hingga mengalami depresi ini perlu mendapatkan perhatian

khusus. Menurut Getzfeld (Afiatin, 2011) depresi terjadi karena adanya emosi marah yang diarahkan ke dalam dan bukan kepada individu yang menyebabkan munculnya kemarahan itu. Seperti yang telah dijelaskan pada bab terdahulu, depresi yang dialami oleh remaja korban kekerasan terjadi akibat adanya emosi-emosi negatif, seperti marah, sedih dan takut yang diarahkan pada dirinya sendiri oleh korban. Perasaan negatif merupakan reaksi emosional yang menggambarkan kondisi ketidaknyamanan atau tidak menyenangkan. Dalam munculnya emosi negatif tersebut terjadi karena adanya perlakuan buruk yang dilakukan pelaku terhadap korban seperti membedakan korban dengan saudaranya, tidak mendapatkan kasih sayang yang cukup, penelantaran karena tidak difasilitasi dengan cukup dalam menunjang kehidupan sehari-hari, hingga pemukulan. Pelaku kekerasan, yang pada umumnya merupakan orang yang dikenal dan juga dicintai, menyebabkan korban terjebak antara perasaan cinta sekaligus marah kepada pelaku kekerasan. Hal ini sejalan dengan hasil temuan peneliti, dimana jalinan antara ayah dan anak yang seharusnya meliputi cinta dan kasih sayang, namun malah bertolak belakang hingga menimbulkan dampak buruk pada psikologis anak.

Menurut Getzfeld dan Nevid dkk (Afiatin, 2011) menyatakan bahwa perasaan yang bertentangan antara perasaan positif (cinta) dan perasaan negatif (marah atau permusuhan) akan menyebabkan seseorang mengarahkan emosi tersebut ke dalam dirinya yang mana seorang remaja yang seharusnya mendapat kasih sayang penuh dari orang tuanya yang



sangat di cintai. Namun, tidak sesuai harapan hingga mengakibatkan kekecewaan, kesedihan maupun kemarahan yang merujuk ke arah negatif hingga munculnya masalah psikologis pada remaja yaitu depresi.

Pada penelitian yang dilakukan oleh (Desi et al., 2020b) menjelaskan bahwa perempuan lebih banyak dua kali lipat mengalami gejala depresi dibanding laki-laki hal ini sejalan dengan hasil observasi yang telah dilakukan oleh peneliti bahwa korban terbanyak yang mengalami kekerasan merupakan perempuan dan salah satunya adalah seorang remaja yang alami depresi tersebut. Dari hasil temuan dapat dilihat bahwa permasalahan-permasalahan yang dialami subjek menimbulkan perasaan sedih, putus asa, malas belajar, perasaan bersalah, menyalahkan diri sendiri, menarik diri dari lingkungannya, gangguan tidur, hingga munculnya ide untuk melukai diri sendiri atau bunuh diri. Menurut Brody (Desi et al., 2020a) hal tersebut merupakan gejala yang timbul akibat depresi.

### **Proses Terapi Menulis Ekspresif**

Dengan adanya proses terapi menulis ini remaja korban dapat mengontrol emosi dalam diri sehingga depresi dapat tertangani dengan baik dan benar. Hal ini suatu solusi alternatif yang dilakukan oleh P2TP2A Karanganyar dalam menangani depresi pada remaja korban kekerasan dalam rumah tangga. Menurut Hawkins (Mustika, 2019) yang menyatakan model terapi seperti proses menulis ekspresif dengan tujuan melepaskan

emosi terkait kejadian traumatis dapat merubah kepribadian seseorang, sejalan dengan pendapat (Mustika, 2019) bahwa pelepasan emosi negatif yang di pendam cenderung pada proses menulis ekspresif.

Proses terapi menulis ekspresif ini dari hasil analisis peneliti bahwa selama penerapan terapi tersebut melalaui tiga tahapan hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Indah, 2011b) dalam agenda pelaksanaa terapi menulis tersebut terbagi menjadi tiga tahapan yakni pembukaan, sesi menulis, dan penutup.

Pada tahapan yang pertama terkait dengan pembukaan yang secara tidak langsung menarik korban dalam suatu jalinan antara terapis dengan klien yang biasa di sebut dengan pembangunan raport, selain itu juga terapis memberikan penguatan pada korban serta mengubah pola pikir dari korban ketika menghadapi masalahnya serta motivasi ada korban agar korban dapat terbuka selama mengikuti proses menulis ekspresif ini, sehingga terapis dapat dengan mudah menilai tulisan korban dalam menghadapi masalahnya. Pada tahap kedua merupakan sesi menulis dengan mengalisis dari panduan sederhana yang kemukakan oleh Pennebaker & Baikie (Yulianti, 2018) yang terdiri dari 8 panduan yang terdiri dari topik, frekuensi, tulisan, tulis hanya untuk diri sendiri, apa yang harus dihindari, apa yang diharapkan, pertimbangan, dan kapan menghentikan menulis.

Diperoleh pada proses menulis korban pada panduan yang ke-1 dalam panduan sederhana tersebut terkait dengan topik menulis atau ide pembahasan yang di berikan pada sesi menulis berlangsung. Menurut terapis pada sesi menulis ini tidak berikan suatu topik tertentu karena dapat membuat korban tidak dapat leluasa dapat menuliskan uneg-unegnya. Namun pada saat ini terapis menekankan pada topik permasalahan yang di hadapi korban selama ini yang dipendam. Dan menurut Soper dan Bergen (Nashori et al., 2021) mengemukakan bahwa topik yang diungkapkan oleh individu terkait trauma yang dialami berhubungan dengan hasil yang diperoleh, sehingga menulis terkait dengan kejadian saat ini lebih memuaskan daripada kejadian masa lampau dan saat ini secara bersamaan. Kemudian pada panduan ke-2 terkait waktu pelaksanaan dalam penulisan, korban tidak di berikan batasan waktu karena hal ini agar korban dapat sesuka hati dalam menuliskan pengalaman pribadinya. Pada waktu penulisan ini pun tergantung pada korban untuk menyudahi atau tidak. Namun dalam penelitian yang dilakukan oleh (Susilowati & Hasanat, 2015) waktu dalam menulis dilakukan sekitar 30 menit saja. Hal tersebut sejalan dengan (Indah, 2011b) dalam sesi menulis ekspresifnya berdurasi 30 menit dan akan ada penambahan waktu jika dibutuhkan.

Masuk pada panduan ke-3 dalam sesi ini korban di intruksikan dalam menulis agar tidak menghiraukan suatu ejaan dan bahasa, sehingga korban bebas dalam mengemukakan perasaannya secara ekspresif. Hal ini

sejalan dengan pendapat Bolton (Susilowati & Hasanat, 2015) bahwa menulis suatu aktivitas yang personal, bebas kritik, dan bebas dari aturan bahasa seperti tata bahasa, sintakasis dan bentuk. Sehingga korban tidak perlu khawatir terkait denan tata bahasa yang digunakan dalam sesi menulis ini.

Pada tahapan ke-4 korban dianjurkan fokus pada permasalahan pribadi atau apa yang hadapinya sekarang. Pada pokok ke-5 dan selanjutnya pada sesi menulis ini memiliki batasan pada pembahasan tertentu atau apa yang harus dihindari. maka oleh terapis di berikan suatu pemahaman jika menuliskan topik yang menjadikan korban perubahan suasana hati maka sebaiknya untuk dihindari. Namun menurut (Susanti & Permatasari, 2020) mengemukakan bahwa sesi menulis menulis ekspresif di ketahui lebih bermanfaat ketika korban berada dalam emosi negatif seperti sedih, marah, dan kecewa. Dalam keadaan emosi negatif, subjek dapat menuliskan pengalaman-pengalamannya dengan lebih cepat, lebih panjang, dan lebih ekspresif.

Pada panduan ke-6 pada sesi menulis ekspresif ini diharapkan mampu membantu korban dalam menggali isi hati yang selama ini di pendam yang tidak bisa di ungkapkan secara verbal dapat tercurahkan melalui sebuah tulisan, hal ini sejalan dengan tujuan terapi menulis ekspresif yang di kemukakan oleh Pennebaker & Baikie (Yulianti, 2018) bahwa membantu subjek dalam menyalurkan ide dan harapan pada suatu media sehingga dapat menurunkan ketengangan. Begitu pun pendapat

Pennebaker (Faried et al., 2018) agar terapi menulis ekspresif agar diharapkan orang yang bersangkutan akan memperoleh gambaran tentang peristiwa traumatisnya secara menyeluruh sehingga semakin memahami peristiwa tersebut, berpikir luas dan mampu melakukan refleksi diri, dan akhirnya memandang peristiwa traumatis tersebut dari sudut pandang yang berbeda sehingga mampu menemukan penyelesaiannya

Menuju sesi berikutnya adalah penutup sesi menulis adalah terapis dalam sesi ini berperan aktif dalam pemberian pemahaman agar korban dapat melanjutkan terapi ini. tindak lanjut diharapkan korban dapat mengikuti terapi ini dengan menghadirinya setiap pertemuan ketika ada kemauan dari korban dan kemudia yang akan di jadwalkan. Serta adanya suatu diskusi terkait dengan apa yang telah oleh korban sehingga muncul kegiatan feedback untuk menguatkan diri korban dan reflek diri oleh korban sehingga dapat menyelesaikan permasalahannya dengan pola pikir yang berbeda dengan sebelumnya. Dan memberikan saran pada korban agar membiasakan menulis ini dalam kehidupannya sehari-hari untuk membantu dalam memecahkan masalah yang di dihadapi sehingga terapis memberikan buku untuk menjadi pegangan agar korban dapat menuliskan kekesalannya pada media tersebut. Hal ini dapat mencegah dan mengurangi suatu kebiasaan korban saat sedang dirinya merasa sedang mengalami suasana hati yang menurun tanpa harus meluapkan ke arah negatif di ganti dengan sebuah tulisan.

Dari proses tersebut setiap tahap memiliki cara dan durasi yang berbeda-beda sesuai dengan apa yang menjadi masalah psikologis yang dihadapi hal ini sejalan dengan pendapat (Rahmawati, 2014). Teknik menulis ekspresif ini pada dasarnya sama-sama memakai media buku, jurnal atau buku diary pribadi dan blog, beberapa penelitian berbeda dalam penggunaan durasi menulis, karena setiap kasus memiliki tingkat kedalaman masalah yang berbeda, sehingga dibutuhkan cara dan durasi yang berbeda. Namun dalam penelitian ini media yang di gunakan adalah kertas dan buku diary saja.

Terapi menulis ekspresif ini memberikan peluang pada subjek untuk mengekspresikan keluar emosi negatif, seperti rasa marah, sedih, dan takut, tanpa khawatir mendapatkan respon negatif dari lingkungan sekitar. Dengan mengungkapkan dan mengekspresikan emosi-emosi negatif yang terpendam, maka terjadi pelepasan ketegangan sehingga korban dapat merasakan perbedaan setelah melakukan terapi menulis ekspresif ini. Dalam berbagai rangkaian proses terapi menulis tersebut dari hasil temuan peneliti setelah dilakukan tahapan menulis terlihat bahwa subjek mengalami kelegaan emosional setiap selesai sesi menulis. Hal ini dinyatakan dengan berbagai ungkapan subjek, seperti merasa lebih lega setelah mengikuti sesi terapi menulis. Hasil ini menunjukkan menulis pengalaman emosional berpengaruh pada aspek afektif atau emosional dari depresi yang dialami remaja korban kekerasan. Dengan mengungkapkan dan mengekspresikan emosi negatif seperti emosi marah, sedih dan takut

yang dialaminya dalam bentuk tulisan, maka pendaman emosi negatif itu kemudian berkurang sehingga subjek merasa lebih ringan dan lebih lega. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dari (Nashori et al., 2021) yang menyatakan bahwa setelah adanya menulis ekspresif subjek merasa sedikit lega karena dapat mengungkapkan emosinya melalui tulisan.

Menurut Pennebaker dan Beall (Qonitatin et al., 2011) mengungkapkan bahwa proses katarsis yang diperoleh ketika menulis ekspresif pada seorang mengalami gangguan depresi akan memberikan keuntungan untuk menurunkan simtom yang mengganggu dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Hal ini sejalan dengan pendapat Fivush, reynold, dan Brewin (Nashori et al., 2021) mengatakan bahwa ketika individu mengalami kesulitan untuk mengungkapkan pikiran dan emosi yang mengganggu, maka ketika hal tersebut dilepaskan akan memberikan katarsis bagi individ. Hal ini menyebabkan subjek merasakan perubahan setelah dilakukannya proses terapi menulis ekspresif.

Dari hasil temuan juga dapat diketahui selama adanya proses menulis ekspresif dalam jangka panjang akan mengakibatkan berkaitan perbaikan mood atau suasana hati (Afiatin, 2011). Hal ini bertepatan dengan penerapan terapi menulis ekspresif pada remaja korban kekerasan dalam rumah tangga yang mengalami depresi memerlukan waktu yang cukup lama karena dalam prosesnya terapi ini sudah pada pertemuan ke 4 namun memakan waktu berbulan-bulan. Hal ini berpengaruh pada aspek motivasional korban yang mana muncul keinginan melukai diri sendiri

hingga bunuh diri dengan adanya proses terapi menulis ini intensitas melukai diri sendiri dapat berkurang karena adanya pengaruh dari proses tersebut agar melampiaskan kedalam tulisan.

Dari proses terapi juga terlihat bahwa durasi waktu untuk menulis tidak ditentukan karena hal ini memudahkan korban dalam mengeluarkan semua pemikiran dan emosi mengenai kejadian-kejadian yang dituliskan sehingga korban kurang dapat menuliskan pengalamannya secara tuntas. Selain itu, adanya jarak dari pertemuan 1 ke pertemuan 2 hingga seterusnya berpengaruh pada ketidakefektifan menulis ekspresif. Menurut pennebaker dan Beall (Nashori et al., 2021) berpendapat bahwa pemberian metode pada terapi ini di berikan secara berturut-turut. Hal ini sejalan dengan penelitian (Rahmawati, 2014) bahwa pemberian durasi dalam terapi menulis ekspresif dilakukn selama dua minggu berturut-turut. Namun pada penelitian ini hanya di berikan ketika korban meminta saja. Kemudian adanya jarak pada waktu pelaksanaan terapi mengakibatkan korban berada dalam suasana hati yang berbeda sehingga korban mengalami kesulitan untuk mengungkapkan kembali perasaannya pada hari itu juga namun harus dikemukakan kembali pada hari yang akan di tentukan. Hal ini sejalan dengan penelitian Smyth (Nashori et al., 2021) yang menemukan adanya pengaruh yang lebih kuat terkait dengan jarak pemberian tritmen terhdap efektivitas menulis ekspresif. Secara tidak langsung pelaksanaan terapi secara secara tidak terjadwal membuat korban harus menuliskan pengalaman emosionalnya pada waktu yang baru akan



ditentukan dengan kondisi suasana hati yang belum tentu ingin menulis kembali.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Pada bab ini penulis akan memberikan kesimpulan berdasarkan hasil temuan dan hasil analisa yang didapatkan pada bab sebelumnya mengenai terapi menulis ekspresif dalam menangani depresi pada remaja korban kekerasan dalam rumah tangga:

1. Proses pelaksanaan terapi menulis ekspresif di lakukan beberapa tahapan. proses tersebut tergantung dari kedalam permasalahan korban, sehingga terjadi perbedaan cara dan durasi, dalam proses terapi menulis ekspresif ini terdapat tiga tahapan, yang pertama pembukaan dan penguatan untuk korban, kedua sesi menulis dengan durasi yang tidak di tentukan, yang terakhir penutup dengan motivasi agar korban dapat mengikuti terapi menulis ekspresif ini sampai akhir.
2. Adanya perubahan ke arah positif setelah di lakukan terapi menulis ekspresif ada remaja korban kekerasan dalam rumah yang mengalami depresi terlihat dari aspek emosionalnya yang mana korban merasa lega setelah mngikuti proses terapi selain itu, aspek motivasional yakni korban menghilangkan kebiasaan melukai diri sendiri.
3. Adanya jarak setiap mengakibatkan korban berada dalam suasana hati yang berbeda sehingga korban berpengaruh pada ketidakefektifan

menulis ekspresif karena pemberian metode pada terapi ini seharusnya di berikan secara berturut-turut.

4. Pelaksanaan terapi secara tidak terjadwal atau tergantung pada kemauan korban membuat korban harus membuat korban harus menuliskan pengalaman emosionalnya pada waktu yang baru akan ditentukan dengan kondisi suasana hati yang belum tentu ingin menulis kembali.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil dan proses terapi yang dilaksanakan maka saran yang diajukan adalah sebagai berikut:

1. Untuk Terapi P2TP2A Karanganyar

Terapi ini disarankan menjadi salah satu program bagi remaja yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga atau sebagainya sarana membantu diri sendiri dan mengontrol emosi untuk mengatasi depresi. serta disarankan dalam pelaksanaan yang dilakukan secara berturut-turut.

2. Untuk pekerja sosial P2TP2A Karanganyar

Disarankan dapat membuat penjadwalan terapi menulis ekspresif yang tetap agar korban dapat tertanganani dengan segera dan meningkatkan proses pendampingan agar mendapatkan hasil yang maksimal.

3. Untuk korban kekerasan Dalam Rumah Tangga

Disarankan pelaksanaan Terapi Menulis Ekspresif dapat dilakukan secara individu di rumah dan dapat membiasakan diri untuk

melakukan terapi tersebut. Hal ini dimaksudkan agar korban menulis ketika ia benar-benar dalam kondisi berminat untuk menulis.

4. Untuk penelitian selanjutnya

Dalam penelitian selanjutnya, disarankan untuk menambah waktu penelitian hal ini bertujuan untuk memudahkan dalam mengambar kondisi sesungguhnya. Kemudian melakukan penelitian yang berkelanjutan, hal ini agar dapat melihat dan menilai setiap perubahan perilaku korban dari waktu ke waktu.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Adapun keterbatasan dalam penenilan ini adalah sebagai berikut :

1. Ketidak lengkpnnya data atau catatan korban kekerasan dalam rumah tangga yang mengalami depresi yang dapat di teliti sehingga tidak dapat dijadikan sebagai metode pengumpulan data seperti catatan harian korban, data diri korban, agenda korban.
2. Keterbatasan dalam penelitian ini terdapat pada jumlah informan hanya 1 orang sebagai informan utama tentunya masih kurang untuk mengambar situasi dan kondisi yang luas.

### DAFTAR PUSTAKA

- Afiatin, T. (2011). Writing Emotional Experiences to Decrease. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 3(2), 149–168.
- Aini, Y. S. (2020). *Pengaruh Terapi Menulis (Writing Therapy) Menggunakan Aplikasi Web Terhadap Kemampuan Mengendalikan Perilaku Marah Pada ....*  
[https://repository.unsri.ac.id/35899/0Ahttps://repository.unsri.ac.id/35899/2/RAMA\\_14201\\_04021381621055\\_0012027904\\_0214057601\\_01\\_front\\_ref.pdf](https://repository.unsri.ac.id/35899/0Ahttps://repository.unsri.ac.id/35899/2/RAMA_14201_04021381621055_0012027904_0214057601_01_front_ref.pdf)
- Alimi, R., & Nurwati, N. (2021). Faktor Penyebab Terjadinya Kekerasan Dalam Rumah Tangga Terhadap Perempuan. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(1), 20.  
<https://doi.org/10.24198/jppm.v2i1.33434>
- Amelda Tiara Citra. (2020). *Pemberdayaan Program Terapi Psikososial Di Balai Rehabilitasi Sosial Eks Gelandangan Dan Pengemis Pangudi Luhur Bekasi.*
- Anggraeni. (2013). Dampak Kekerasan Anak Dalam Rumah Tangga (The Impact Children Of Domestic Violence). *Artikel Ilmiah Hasil Penelitian Mahasiswa*, 1(1), 1–4.
- Arianto, T. (2021). *Data Simfoni PPA 2020: 7467 Kasus Kekerasan Terhadap Perempuan, 60% KDRT.* 2 Mei 2021. [beritajatim.com/hukum-kriminal/data](http://beritajatim.com/hukum-kriminal/data)
- Danarti, N. K., Sugiarto, A., & Sunarko. (n.d.). *Pengaruh Expressive Writing Therapy Terhadap Penurunan Depresi, Cemas, Dan Stres Pada Remaja.* 1(1).
- Danarti, N. K., Sugiarto, A., & Sunarko. (2018). Pengaruh expressive writing therapy terhadap penurunan abstrak the effect of expressive writing therapy to decrease depression, anxiety, and stress in adolescents. *Journal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 1(1), 48–61.
- Desi, D., Felita, A., & Kinasih, A. (2020a). Gejala Depresi Pada Remaja Di Sekolah Menengah Atas. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 8(1), 30.  
<https://doi.org/10.33366/jc.v8i1.1144>

- Desi, Felita, A., & Kinasih, A. (2020b). *Gejala Depresi Pada Remaja Di Sekolah Menengah Atas*. 8487(1), 30–38.
- Dianovinina, K. (2018). Depresi pada Remaja : Gejala dan Permasalahannya Depression in Adolescent : Symptoms and the Problems. *Psikogenesis*, 6(1), 69–78.
- Fadilah, K. (2016). *Pemulihan trauma Psikososial Pada Perempuan Korban Kekerasan Seksual Di Yayasan Pulih* (Issue July).
- Fariad, L., Noviekayati, I., & Saragih, S. (2018). *Efektifitas Pemberian Ekspresif Writing Therapy Terhadap Kecenderungan Self Injury Ditinjau Dari Tipe Kepribadian Introvet*. 22(2), 114–125.
- Haris Herdiansya. (2015). *Metodologi Penelitian KUalitatif Untuk Ilmu Psikologis*.
- Indah, V. P. (2011a). Menulis Pengalaman Emosional Untuk Menurunkan Depresi Pada Perempuan Korban Kekerasa. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 3(2), 149–168.
- Indah, V. P. (2011b). Menulis Pengalaman Emosional Untuk Menurunkan Depresi Pada Perempuan Korban Kekerasan. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 3(2), 149–168.  
<https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol3.iss2.art1>
- Jannah, M. (2016). Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam Adolescence ' S Task and Development in Islam. *Jurnal Psikoislamedia*, 1(April), 243–256.
- Manumpahi, E., Goni, S. Y. V. ., & Pongoh, H. W. (2016). Kajian Kekerasan Dalam Rumah Tangga Terhadap Psikologi Anak Di Desa Soakonora Kecamatan Jailolo Kabupaten Halmahera Barat. *E-Journal "Acta Diurna,"* 5(1), 1. <https://media.neliti.com/media/publications/90227-ID-kajian-kekerasan-dalam-rumah-tangga-terh.pdf>
- Mariana, M., & Maulida, I. (2019). Strategi pusat pelayanan terpadu pemberdayaan perempuan dan anak dalam pendampingan perempuan dan anak korban kekerasan seksual. *LOGIKA : Jurnal Ilmiah Lemlit Unswagati Cirebon*, 23(1), 1–11.

- Maulida, N. H., & Annatagia, L. (2019). Terapi Menulis Ekspresif Untuk Menurunkan Depresi Pada Remaja Yang Melakukan Self Injury. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, 4(1), 74–88. <https://jurnal.ipkindonesia.or.id/index.php/jpki/article/view/jpki-4-1-2019-74>
- Mustika, F. A. (2019). *Terapi-terapi untuk menurunkan depresi*. 2018, 305–309.
- Nashori, F., Rovieq, F. A., & Astuti, Y. D. (2021). Terapi Menulis Ekspresif untuk Meningkatkan Kesejahteraan Subjektif Remaja dengan Lupus. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 6(1), 79–92. <https://doi.org/10.33367/psi.v6i1.1351>
- Qonitatin, N., Widyawati, S., & Asih, G. Y. (2011). Pengaruh Katarsis dalam menulis ekspresif sebagai intervensi depresi ringan pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Undip*, 9(1), 21–32.
- Rahma. (2019). Jurnal Depresi. In *Jurnal Keperawatan*.
- Rahmawati, M. (2014). Menulis Ekspresif Sebagai Strategi Mereduksi Stres Untuk Anak-Anak Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT). *Kemampuan Koneksi Matematis (Tinjauan Terhadap Pendekatan Pembelajaran Savi)*, 2(2), 276–293.
- Ratna, N. K. (2016). *Metodologi Penelitian*.
- Resmini, W., Sundara, K., & Resmayani, N. P. A. (2019). Kekerasan Dalam Rumah Tangga Dan Implikasinya Terhadap Psikologi Anak. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 3(1), 91. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v3i1.1247>
- Saputri, Riska Okty. (2019). Pengaruh Terapi Menulis ekspresif Terhadap Penurunan Stress Pada Remaja. *Jurnal Diii Keperawatan Its Pku*.
- Saputri, Riska Oty. (2019). *Pengaruh Terapi Menulis Ekspresif Terhadap Penurunan Stres Pada Remaja Naskah Publikasi*.
- Sulistyorini, W., & Sabarisman, M. (2017). Depresi : Suatu Tinjauan Psikologis. *Sosio Informa*, 3(2), 153–164. <https://doi.org/10.33007/inf.v3i2.939>
- Susanti, R. H., & Permatasari, D. (2020). Terapi menulis ekspresif sebagai upaya menurunkan perilaku agresif siswa sekolah menengah pertama. *Jurnal Masyarakat Berdaya Dan Inovasi*, 1(1), 27–32.

- Susilowati, T. G., & Hasanat, N. U. (2015). Pengaruh Terapi Menulis Pengalaman Emosional Terhadap Penurunan Depresi pada Mahasiswa Tahun Pertama. *Jurnal Psikologi*, 38(1), 92 – 107–107. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7669>
- Sutanto. (2013). *Buku Pintar Bikin Proposal Tepat Sasaran*.
- Tarisma, T. (2021). *Peran Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak ( P2TP2A ) Dalam Pemberdayaan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Titania Tamaris PENDAHULUAN Memnurut Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 Pasal 1 perkawinan memiliki pengertian “ ikatan lahir bat. 2(1), 39–54.*
- Tengah, B. P. S. P. J. (2022). *Badab Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah*. <https://jateng.bps.go.id>
- Yulianti, M. A. (2018). Pengaruh Terapi Menulis Ekspresif Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia Di Panti Sosial Rehabilitasi Lanjut Usia Dan Pemeliharaan Taman Makam Oahlawan Ciparay Kabupaten Bandung Tahun 2018. In *Advanced Optical Materials* (Vol. 10, Issue 1). <https://doi.org/10.1103/PhysRevB.101.089902><http://dx.doi.org/10.1016/j.nantod.2015.04.009><http://dx.doi.org/10.1038/s41467-018-05514-9><http://dx.doi.org/10.1038/s41467-019-13856-1><http://dx.doi.org/10.1038/s41467-020-14365-2><http://dx.doi.org/10.1038/s41467-020-14365-2>



## LAMPIRAN

### *Lampiran 1 Hasil Transkrip Wawancara (M)*

#### Hasil Transkrip Wawancara

Hari, Tanggal : Senin, 25 Juni 2022

Waktu : Pukul 10,00

Tempat : Ruang Psikologi RSJD Surakarta

Nama : M

Jabatan : Terapis RSJD Surakarta

Tempat, Tanggal lahir : -

Jenis Kelamin : Perempuan

No	Pertanyaan	Jawaban	Tema
1.	Hallo bu selamat pagi, sebelumnya perkenalkan saya rosalinda duwi lestari dari UIN Raden mas said, yang akan melakukan penelitian untuk data pada skripsi saya, sebelumnya saya telah melakukan prosedur layanan dari rumah sakit untuk dapat melakukan penggalan data kepada ibu secara langsung.	Iyaa.. selamat pagi ohh iyaa jadi sudah ada suratnya yaa.. mungkin ada yang bisa saya bantu dek	pembukaan
2.	Iyaa sudah bu, jadi pada hari ini saya akan melakukan penggalan data berupa	Ohh emm.. yang sama bunda annas berhubungan dengan R yaa.. ya itu yang pengang saya dan memang dia sudah menjalani pemeriksaan medis yaa.	Pembukaan

	wawancara kepada ibu terkait dengan proses penanganan dan penerapan proses terapi yang di berikan kepada remaja R di P2TP2A.	Kemudian di lempar kepada saya untuk menanganinya. Dan memangkan pemeriksaannya dia mengidap depresi yaa dek, karena yang saya tau itu karena masalah keluarganya gitu, terus gimana ?	
1.	Bagaimana kondisi remaja korban kekerasan dalam rumah tangga sebelum mendapatkan adanya penanganan terapi menulis ekspresif?	Untuk kondisi korban ini yaa bisa dibilang memang perlu penanganan khusus yaa.. untuk R sendiri sebeleum di lempar kesaya pasti sudah melakukan beberapa pemeriksaan psikologis dulu seperti yang saya katakan tadi, dan terdiagnosa memang ada gangguan psikologisnya, di karenakan kan permasalahan keluarga untuk lebih detailnya kan saya kurang tau tapi hanya memang dia ada permasalahan keluarga dengan ayahnya sehingga dia merasa perlu adanya pendampingan kan, untuk riwayatnya ketika saya pahami kan dia memang sampai menyayat tangannya ya kan, terus juga takut dengan keramaian, susah bersosialisasi dengan orang sekitar lah gitu, terus juga punya gangguan tidur juga. Yaa pokonya punya kondisi yaa memang harus ada pendampingan.	Kondisi awal subjek
2.	Bagaimana proses pelaksanaan terapi menulis	Untuk proses ini jadi gini, pada dasarnya terapi menulis ekspresif ini sama hanya simpelnya itu suatu	Proses terapi menulis ekspresif

	<p>ekspresif terhadap remaja korban kekerasan rumah tangga yang mengalami depresi?</p>	<p>proses untuk mengetahui perasaan yang dipendam korban yang mana tidak dapat di ungkapkan secara verbal sehingga terwujudnya dengan suatu tulisan itu. Kemudian kenapa sampai pada pengananan ini saya hanya mengikuti prosedur yang ada, terkait dengan menganani korban remaja yang mengalami depresi tersebut, karena sudah menjalani pemeriksaan medis juga hingga di lempar ke saya. Setelah itu proses dari terapi ini memerlukan waktu yang cukup lama yaa, biasanya sampai 2 jam saat pertemuan yang pertama itu kalau tidak salah bulan agustus ya nah disitu saya harus memahami karakter dia dulu dengan memebacara riwayatnya dulu tentunya ketika menghadapi R ini saya harus melihat dia dulu, karekternya seperti apa, dan oh ternyata R ini memang orangnya sangat kekinian selai dan gaul jadi saya ya harus bergaya sesuai dengan dia dan nyambung, jadi memang dia itu gaul gitu yaa saya juga harus ikut-ikut gaul gitu agar apa dia percaya pada saya, nyaamn dengan saya begitu. untuk tempat terapinya.. ya disini, karena kan R juga di antar kesini janji di ruang Psikologi juga.</p>	
--	--	---	--

		<p>Kemudian setelah pengenalan ini biasanya saya sematkan tujuan dari terapi ini, namun bahasa yang mudah di pahami dan sesuai bahasa dia gitu yaa, selain itu saya sematkan motivasi yaa agar apa yaa.. yang akan dia ajalani sekarang akan berdampak baik di kedepannya gitu blaa.. blaa... blaa.. dan sudah tapi ini bisanya pertemuan pertama dna kedua yaa dan selanjutnya ya masih berusaha membangun rapot itu tadi yaa.. tapi emm.. lebih kepada ayoo..ayoo mendorong R in untuk terbuka terkait dengan permasalahan gitu. Dan itu berlaku pada pertemuan selanjutnya, karena memang mood seseorang itu berbeda gitu jadi yaa kita menyesuaikan saja, masuk pada proses terapi menulis ini pasti saya yang memandu, saya akan memberikan medianya kertas dan bolpoin, setelah itu saya akan menyuruh korban untuk menuliskan seluruh ueng-unegnya secara bebas tanpa topik jadi apa yang di rasakan saat ini. nah biasanya saya tidak batasi waktu jadi membiarkan korban ini</p>	
--	--	---	--

	<p>menulis sesuka hatinya. Dan jika korban merasa cukup yaa akan saya hentikan proses menulis ini jadi. Jika saya membatasi waktunya maka yang dituliskan terkait dengan perasaannya akan dirasa kurang mencapai klimaks, jadi selama menulis ini ada suatu batasannya ketika korban enggan menulis atau sensitif pada tema atau bab tertentu hingga mengganggu korban maka sebaiknya tidak usah dituliskan saja, jika tulisan dirasa sudah selesai, tulisan ini akan saya simpan dan saya pelajari untuk dijadikan pedoman pada sesi selanjutnya yaa. nah untuk momen nya yang tepat dalam melakukan sesi ini sebenarnya pas dia lagi kumat gitu, atau ee sedang bergejolak suasana hatinya, disitu bisa dimanfaatkan bahwa dalam proses ini berlangsung korban jadi lebih memperlihatkan secara detail gitu terkait permasalahannya. untuk sesi akhir itu kalau baru pertemuan sekali biasanya saya suruh kesini lagi jadi mengikuti terapi lagi yaa.. sampai adanya titik terang atau apa yang menjadi</p>	
--	---	--

	<p>tujuan utama sebelumnya bisa tercapai gitu kan, setelah menulis itu, biasanya kan saya nyuruh dia hadir lagi tetap menghubungi bunda juga agar di dampingi kan, kemudian juga saya menyarankan agar kebiasaan menulis ini bisa dia terapkan dirumah karena kan pertemuan kita akan ada penjadwalan dahulu jadi kaya ada jarak, ini bisa menjadi kebiasaan dia kan ketika sedang dwon bisa meluapkan perasaannya di tulisan atau buku diary. dan kemudian saya akan memberikan buku catatan kecil gitu, say juga bilang ke bunda juga, agar buku mini ini bisa menjadi pegangan R gitu yaa jadi kaya buku catatan pribadi dia gitu, hal ini bisa mengatasi perasaan R ketika dia tidak mood untuk menulis jadi ketika kita ketemu ada momen saat itu R sedang tidak berminat menulis yaa, karena alasan tertentu gitu, tapi saya tetap meminta dia untuk menulis dan mengambar juga juga karena kan sedang tidak mau menulis, mungkin tidak mau banyak-banyak gitu. selama proses terapi</p>	
--	--	--

		<p>ini, kita sudah bertemu sebanyak 4 kali yaa.. sejak kapan saya lupa pastinya tapi kita ada jarak disitu, dari itu R sudah menunjukkan sisi perubahan yaa, dari dia lebih enjoy dalam menjalani hidupnya dari kebiasaan dia yang melukai dirinya sendiri terus mulai berani mengenal luar tapi hal ini memang belum tuntas atau masih setengah-setengah. terus juga gangguan tidurnya kesini mulai bisa kembali dapat diatur. Tapi memang dia harus di dampingi secara tuntas yaa gara tidak mengganggu lagi pada psikologisnya dia, saya juga sudah berkonsultasi dengan bunda karena memang R ini anak yang luar biasa hebat gitu. Dan menyarankan kepada pihak P2TP2A agar melakukan rutinan dalam pendwalan korban R ini agar bisa tertangani dengan segera begitu.</p>	
4.	Adakah setiap topik saat melakukan sesi terapi ini ?	Untuk topik pada terapi ini saya tidak menentukan, jadi biarkan dia menuliskan apa yang memang di curahkan disitu yaa silahkan saja ditulis gitu, jadi yaa apa yang	Topik menulis

		diarasakan tulisan gitu.	
5.	Selama dalam proses terpi ini apa yang biasanya dituliskan oleh R tersebut	Yang biasanya dituliskan itu yaa terkait masalahnya dia, tentang keluarganya gitu ya. Jadi memang yang dia tulis itu, apa yang dia rasakan saat ini namun hal tersebut tidak lepas dari kondisi masalahnya gitu.	
6.	Berapa lama dalam sesi menulis ekspresif ini berlangsung	Saya sebenarnya tidak membatasinya yaa, tergantung pada dia. Agar dia bisa leluasa dalam mencurahkan isi hatinya tanpa memikirkan waktunya. Yaa kalau merasa dia cukup yaa cukup jadi fleksibel saja. Ada sampai 30 menit an dan biasanya kalau dengan diskusi itu bisa sampai dua jam yaa.. jadi memang sampai setiap pertemuan itu digunakan secara tuntas gitu.	Panjang atau frekuensi menulis
7.	Waktu pelaksanaan sesi terapi menulis ini dilakukan kapan saja	Dan untuk waktunya, itu yaa saat prtama kali bertemu itu saya lupa yaa, tahun lalu itu bulan apa saya lupa, kalau tidak salah itu november dan untuk pertemuan kedua itu setelah dua minggu kemudian karena yang mengatur jadwalnya itu bunda annas yaa, jadi sering diatur waktunya disitu sampai eeee kepertemuan selanjutnya.	
8.	Dalam proses terapi menulis ekspresif ini adanya syarat tertntu dalam penulisannya	Nah untuk itu dek, tidak ada harus gini gini itu ngak yaa.. jadi apa sih yang mau kamu tuliskan itu yaa tulis aja, mau pakai kata ini itu, tidak masalah.	Tulis menulis
9.	Dalam sesi	Sebenarnya kalau syarat	



	menulis berlangsung adakah syarat tertentu yang harus diperhatikan	penulisan itu yaa septi tadi yaa dek, jadi memnag tidak harus pakai bahasa baku gitu enggak, yaa suka-sukalah pokonya namanya juga ekspresif gitu	
10.	Untuk titik fokus pada saat sesi terapi menulis ekspresif ini biasanya di fokus kan kepada siapa	Untuk menulis ini tentunya kan untuk dirinya sendiri yaa, bolh kan menceritakan pengalaman emosionalnya gitu dengan melibatkan orang lain di dalamnya tapi kan fokus pada msalahnya dia gitu dek. Jadi tidak masalahnya siapa h yang nulis siapa gitu kan. Jadi yaa fokus sama dirinya dan masalahnya.	Tulis hanya untuk dirinya
11.	Apakah ada sesi dalam menulis ini harus dihindari	Untuk sesi menulis ini biaanya yang harus dihindari yaa misalnya dia sedang tidak ingin membha itu yaa sebaiknya jangan yaa gitu, tapi kalau dia bersedia ya silahkan jadi tergantung pada kemauan dia atau kesensitifan dia ketika tidak mau bahs ini itu.. tapi sejauh ini dia enjoy saja dalam menceritakan masalahnya dia gitu, tapi ada momen yang memang dia sedang tidak ingin menulis dengan alasannya dia gitu, tapi disini saya coba alihkan agar dia tetep bisa mencurahkan nya melalui tulisan gitu. Jadi gini ketika dia menulis kemudian dia merasa tidak mungkin menuliskan hal tersebut ya sebaiknya ya dihindari seperti yang saya maksud tadi.	Yang dihindari
12.	Apa tujuan dari	Untuk hal ini sudah saya	Tujuan

	adanya proses terapi ini	<p> jelaskan yaa dek, jadi pada dasarnya kan terapi menulis ini membantu seseorang dalam mengeluarkan isi hatinya yang selama ini yang di pendam yang tidak bisa diungkapkan secara verbal dan bupa tulisan, jadi pada intinya membantu seseorang untuk mengeluarkan, mengali perasaan terpendam itu agar apa agar beban dari seseorang tersebut bisa sedikit berkurang gitu.</p>	
13.	Adakah suatu hal harus di pertimbangkan dalam saat proses terapi menulis berlangsung	<p> Untuk itu saya kira tidak ada yaa, jadi kita disini hanya mengarahkan apa yang kamu tulisan. Dan memang setiap sesi menulis itu karena waktunya kan berbedan dan suasana hati yang berbeda gitu nah disitu pasti dia juga ingin menuliskan suatu topik apa pasti dia sudah memikirkanny gitu.</p>	Pertimbangan
14.	Kapan waktu yang tepat ketika sesi menulis ini di hentikan	<p> Nah untuk waktunya juga sudah saya jelaskan yaa.. jadi ini tergantung pada dia misal jika dia meminta sudah kita cukupkan, misal dipaksa untuk terus menulis yang ada akan berdampak buruk pada dia gitu. Kan bisa saya kalau dia terbawa suasana yang berlebihan itu pun juga tidak baik, tapi kalau nuansanya sedang positif biasanya dia akan enjoy gitu ketika sesi menulis ini berlangsung.</p>	

15.	Bagaimana respon remaja R korban kekerasan dalam rumah tangga dalam mengikuti proses terapi tersebut?	Dalam mengikuti proses terapi, R bisa mengikutinya dengan baik karena juga mungkin dia ingin sembuh iya dan ingin segera pulih juga iya jadi dia mengikuti sesi demi sesi terapi ini dengan baik namun juga ada kondisi tertentu gitu yaa pastinya kadang niat banget kadang agak males gitu yaa.. jadi ketika kita ketemu ada momen saat itu R sedang tidak berminat menulis yaa, karena alasan tertentu gitu, tapi saya tetap meminta dia untuk menulis dan menggambar juga juga karena kan sedang tidak mau menulis, mungkin tidak mau banyak-banyak gitu.	Respon subjek
16.	Sudah berapa lama terapi menulis ekspresif ini diterapkan pada remaja R korban kekerasan dalam rumah tangga?	kita sudah bertemu sebanyak 4 kali yaa.. sejak kapan saya lupa pastinya tapi kita ada jarak disitu, kalau tidak salah itu dari bulan november 2021 yaa sampai sekarang jadi memang sudah lama itu sekitar satu tahunan dari itu R sudah menunjukkan sisi perubahan yaa, dari dia lebih enjoy dalam menjalani hidupnya. Dan ini tergantung pada R biasanya dia ingin bertemu gitu di buat jadwal oleh bunda annas jadi beliau yang mengatur jadwal dan aya juga ada pengaturan jadwal, biasanya kan ketika dia butuh bimbingan gitu haus dengan proses terapi juga gitu.	Waktu pelaksanaan

17.	Bagaimana hasil dari penerapan terapi menulis ekspresif selama diterapkan pada remaja tersebut?	Untuk hasil dari terapi yang sudah di terapkan ini R sudah menunjukkan sisi perubahan yaa, di lihat dari sisi kebiasaanya pun dia sudah mulai mengilangkan kebiasaanya menyayat tangannya, ada perbandingannya disitu jadi memang sedikit demi sedikit gitu, kemudian kebiasaan tidur dia yang berantakan karena kan di apunya gangguan tidur juga sekarang juga mulai membaik meskipun itu belum tuntas yaa jadi perlahan juga, jadi memang kasus terberatnya itu pada keramaian atau interaksi sosial dia mulai bisa berbaur dengan lingkungannya terlepas dari semua masalahnya yang lain yaa.. jadi harus sabar dan rutin mengikuti terapi agar bisa tuntas begitu.	Hasil
18.	Apa Kendala dalam penerapan terapi tersebut terhadap remaja korban kekerasan dalam rumah tangga yang mengalami depresi ini?	Untuk kendala ini ada pada waktu, dimana harus ada penjadwalan yaa anatar setiap pertemuan disitu pasti ada jarak sehingga ini berakibat pada mood R, karena satt dia ingin seklai melupaka isi hatinya tapi harus tertunda ketika dia harus nungu jadwal bertemu selanjutnya gitu, makanya saya rekomendasikan sebuah diary atau catatan kecil jadi ketika di sedang larut dengan situasi permasalahan yang dia hadapi saat itu dia bisa mengcurahkan isi hatinya	Dampak

		di sebuah buku kecil itu, untuk cacatan saya kedepanya.	
--	--	---	--

## Lampiran 2 Hasil Transkrip Wawancara (A)

## Waktu dan Tempat

Hari, Tanggal : Kamis, 26 April 2022  
 Waktu : Pukul 09.00  
 Tempat : Rumah ketua bidang Pengaduan

Identitas Informan

Nama : A  
 Jabatan : Ketua Bidang Pengaduan  
 Tempat, Tanggal lahir : -  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Agama : Katolik

## I. Wawancara

No	Pertanyaan	Jawaban	Tema
1.	Bunda, apa kabar setelah sekian lama akhirnya bertemu yaa bun, saya menunggu banget sesi wawancara ini untuk skripsi saya bund apalagi bertemu dengan mbak R juga ini.	Iyaa wuk, sehat wuk, kamu gimana wuk sehat juga, iyaa silahkan wuk tanyakan apa saja yang mau ditanyakan sembari nanti kita nunggu R yaa, kita janjian itu jam 10 jadi masih ada waktu untuk brbincang nanti. Nunggu R juga terapi membutuhkan waktu juga makanya saya mengajak kamu skalian disini secara tidak langsung juga bisa bertemu subjek mu.	Pembukaan
2.	Bagaimana alur penanganan kasus korban kekerasan dalam rumah	Iya.. nah ini menjadi awal mula dari sebuah kasus ya wuk tidak hanya kekerasan dalam rumah tangga namun juga kasus lain seperti	Assesmen

	<p>tangga di P2TP2A Karanganyar?</p>	<p>misalnya pelecehan seksual dan teman-temannya. Yaa.. namun untuk kekerasan dalam rumah tangga ini untuk kasus yang dibilang parah pihak P2TP2A Karanganyar bekerja sama dengan spek HAM Surakarta begitu wuk. Jadi begini dalam penanangan sebuah kasus memang membutuhkan waktu ya wuk, karena kita masih perlu untuk memastikan kembali kebenaran kasus tersebut kemudian kita masih mengidentifikasi masalah tersebut apa penyebabnya dan lain sebagainya. Nah di P2TP2A Karanganyar ini memiliki alur ketika akan menangani sebuah kasus begitu. Yang pertama itu pelaporan atau pengaduan, dalam pelaporan ini wuk pasti tahap yang pertama ya wuk, kemudian dalam pelaporan ini bisa secara langsung melakukan pelaporan dengan mendatangi kantor, rujukan, penjangkauan yang memang ketika ada laporan yang sangat mendesak kita langsung ada penjangkauan korban tersebut, atau menggunakan media sosial. Dalam pelaporan ini biasanya bervariasi wuk</p>	
--	--	--	--

		<p>yang melapor, terkadang korban sendiri yang langsung melapor. Banyak wuk yang wa bunda terakit masalahnya begitu terus juga ada mitra korban atau saudaranya begitu, kemudian juga ada tetangganya. Sampai apa wuk.. yang kedua ya? Untuk yang kedua itu penerimaan laporan atau pengaduan. Nah setelah kita terima to wuk.. kita catatlah pengaduan tersebut kemudian melakukan pengajuan terhadap pelapor atau korban untuk memenuhi persyaratan seperti Identitas diri dan domisili korban seperti itu, kan ya penting wuk, kita perlu data-data terkait kasus yang akan ditangani. Masuk pada tahap ketiga ada assesmen atau layanan untuk si korban, gampangya begini wuk disini kita mengidentifikasi kembali masalah korban atau apa saja kebutuhan korban begitu. Disini pun kita melakukan pengecekan atau pengamatan lagi wuk tujuannya apa agar kita lebih mudah mengali informasi korban, apa yang dibutuhkan korban kemudian layanan apa yang tepat untuk si korban</p>	
--	--	---	--



		<p>tersebut. Layanan ini ini ada tiga yaitu ada layanan hukum, psikologis, dan lembaga sosial. Kasus yang parah gitu biasanya pakai layanan hukum dan juga psikologis. Untuk kasus remaja yang mengalami depresi itu wuk dia hanya pakai layanan psikologis dikarenakan mental dia yang kena begitu. Yang terakhir yaitu terminasi kasus atau pengakhiran sebuah kasus. Biasanya itu diadakan sebuah kegiatan begitu wuk seperti pelatihan atau kegiatan luar ruangan dan pasti bunda itu selalu ada wuk, ketika para korban ini terkadang suasana hatinya sedang tidak baik gitu biasanya mencari bunda, bisa menghubungi bunda lewat media sosial gitu kita disitu curhat-curhatan, bunda masih memberikan dukungan positif untuk si korban seperti itu.</p>	
3.	<p>Apa peran anda dalam menangani kasus korban kekerasan dalam rumah yang menimpa remaja R ?</p>	<p>Dalam menangani remaja korban kekerasan dalam rumah tangga yang menimpa mbak R. Peran bunda di sini sebagai pendamping korban dalam penerimaan penanganan. Karena R ini memang mengalami depresi ya wuk dengan beberapa gejala</p>	<p>Peran pekerja sosial</p>

		<p>yang dia rasakan, disini bunda melakukan pendampingan dari pemeriksaan diagnosis terkait psikologisnya hingga dia merima bentuk penanganannya yaitu terapi menulis ekspresif di Rumah Sakit Jiwa Daerah Sukarta, disitu bunda mendampingi terus wes pokok e opo-opo bunda wuk nek ra karo bunda ki emoh wuk ngono.. terus peran bunda juga memberikan perhatian lebih pada R memberikan dukungan positif untuk dia biar apa masalah ini sedikit demi sedikit berkurang.</p>	
4.	<p>Bagaimana kondisi remaja "R" sebelum mendapatkan adanya penanganan?</p>	<p>Kondisi R pada saat penanganan itu memprihatinkan wuk, remja R ini orangnya besar tinggi gitu tapi dia perempuan kalo berpakaian ki ya ra genah kae, sukanya pakai celana yang kurang bahan itu lo wuk yang sobek-sobek terus dia itu pribadi yang introvet wuk misal ditanya begitu jawabnya secukupnya saja. Dan dia itu wuk merasa takut dalam keramaian, jadi kalau di tempat yang ramai itu dia tidak bisa seperti merasa takut begitu, di lengan tangan itu juga ada bekas-bekas sayatan benda tajam</p>	<p>Kondisi awal korban</p>

		<p>banyak sekali yaa begitu ketika dia itu merasa dirinya tidak berguna dia pasti menyileti lengan tangannya itu dan dilakukan pemeriksaan memang dia mengalami gangguan depresi begitu. jadi R itu ada psikolognya wuk disitu dia di berikan obat-obatan untuk dikonsumsi ben pikiran e ki tenang bn ra kumat-kumatan terus gitu,, iyaa.. dan kemudian kan dia ada pendampingan terapis juga biar apa koyo kebiasaan nyileti tangan iku iso ilang gitu wuk.</p>	
5.	<p>Bentuk kekerasan apa yang di terima mbak R hingga dia mengalami depresi?</p>	<p>Nah jadi begitu wuk, dia itu sebenarnya anak korban perceraian orang tua sejak dirinya duduk di bangku kelas 6 SD dan hak asuh itu jatuh pada ayahnya sehingga dia dan adiknya itu ikut bersama ayahnya terpisah dengan ibu kandungnya. Seiring beranjak remaja yang usianya kini 18 tahun ayahnya menikah lagi dan dia mendapatkan perlakuan yang kurang baik dari ayahnya, seperti ditelantarkan gitu ya wuk, terus dia diberikan beban yang leih sperti semua pekerjaan rumah tangga yang mengerjakan itu dia,</p>	<p>Bentuk kekerasan</p>

		<p>kemudian dia tidak di fasilitasi dengan baik oleh ayahnya, kan covid ini sekolah daring ya wuk nah dia itu tidak punya HP terkadang itu sampai pinjam kepada tetangganya, tetapi begini wuk adiknya itu juga membutuhkan HP namum langsung di belikan begitu, disini dia juga merasa dibedakan terkait kasih sayang gitu, di anak yang kreatif wuk sebenarnya, dia itu pernah mendesain hingga menghasilkan penghasilan sendiri, tapi semakin kesini laptopnya itu diambil oleh ayahnya gitu, dan itu wuk dia itu tidak diperbolehkan bertemu ibunya selama 10 tahun jadi dari ayah da ibunya itu berpisah dia itu tidak boleh bertemu dengan ibunya sama sekali dan hingga dia mengalami seperti ini. Jadi ya seperti itunya bentuk kekerasan dari remaja tersebut.</p>	
6.	<p>Bentuk Penanganan apa yang tepat dalam menangani remaja “R” korban kekerasan dalam rumah</p>	<p>Bentuk penanganan yang diberikan P2TP2A karanganyar dalam menangani remaja R yang mengalami depresi ini dengan terapi yaitu terapi menulis ekspresif. Nah penerapan terapi ini ada dua, yang pertama kita</p>	<p>Bentuk penanganan korban kekerasan dalam rumah tangga</p>

	tangga?	bekerja sama dengan pihak psikologi Rumah Sakit Jiwa Surakarta karena yang lebih ahli yaa dan yang kedua ini terapi menulis ekspresif dengan bunda wuk, karena begini terapi menulis itu suatu teknik dalam mengali perasaan remaja tersebut dengan menggunakan kemampuan gerakan tangan, nah kalau bunda dengan kan denga gerakan tangan bedanya itu cuman mengetik melalui media sosial yaitu <i>whatsapp</i> . Dengan tujuan ingin mengetahui apa si yang kamu pendam selama ini di dalam hati mu karena masalah ini, jadi ineg-uneq disini itu dikeluarkan semua gitu kemudian dengan adanya terapi ini diharapkan dapat mengurangi gangguan suasana hati yang dialami R selama ini.	
7.	Bagaimana Proses Pelaksanaan bentuk penanganan (terapi menulis ekspresif)?	Untuk proses penerapan terapi ini ya wuk selama bekerja sama dengan pihak Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta si R di tangani oleh psikiaternya ibu M dan ini dengan metode khusus pastinya, jadi gini setelah adanya pemeriksaan terkait psikologi si R ini lalu dilanjutkan dengan	proses pelaksanaan terapi menulis ekspresif

		<p>melakukan tindakan dengan terapi menulis ekspresif tadi. Awalnya si R ini seperti takut gitu lo wuk, maunya dia itu ditemenin sama bunda terus. Tapi pelan-pelan kan saya beri tahu dia agar tetap tenang bunda selalu mendampingi. Dari awal prosesnya itu yang mengatur jadwal dengan ibu M ini itu bunda jadi pengaturan jadwal terapinya mbak R ini bunda gitu karena kan pihak sana pasti yang dihubungi itu bunda. Nah setelah bertemu jadwalnya ini itu, ditangani lah si R dengan ibu M. Dalam proses pertama ini R dan bu M pasti melakukan pendekatan dulu ya wuk karena R ini memang bocah e kaya gitu, nah setelah itu dengan ibu M diberi arahan tentang terapi yang akan dilakukan misalnya nanti harus ini nanti harus itu kemudian di beri motivasi-motivasi begitu, terus R ini di beri kaya kertas dan alat tulis gitu lo wuk fungsinya agar R ini bisa mencurahkan unek-unek yang dirasakan selama ini melalui alat-alat yang diberikan tadi pokok e di tulis begitu wuk nah itu tadi juga diberikan waktu sekitar ya mungkin sampai</p>	
--	--	--	--

		<p>tidak ditentukan yaa kemudian sudah selesai dilihatlah sama ibu M seberapa perasaan yang di alami bocah iki begitu, selesai itu si R di beri arahan, motivasi, semangat terkait masalah yang dihadapi terus di beri tahu sesi terapi lagi jika diri masih kurang tenang. Selama terapi itu berlangsung bunda wuk yang menemani mendampingi pokok e tidak mau ditinggal bunda.</p> <p>Kemudian terlepas dari penanganan itu untuk memberikan seperti dukungan supaya memperkuat diri dia lagi, bunda terapkan lagi terapi menulis ekspresif ini tetapi melalui media sosial dengan mengetik di <i>whatsapp</i>. Disitu bunda selalu bertanya bagaimana kondisi R setelah dilakukan terapi tadi terus diberikan lagi perhatian yang lebih tetap dengan motivasi biar semangat gitu wuk, untuk waktunya flekesibel kapan pun itu bunda pasti jawab kan kita masih ada pendampingan sebelum kasus selesai wuk. Dan kemarin juga habis selesai proses terapi yang ke dua</p>	
--	--	--	--

		<p>gitu prosesnya masih sama dengan yang kemarin dan mungkin kaya lebih nyaman ya wuk karena sudah mengenal ibu M ini sebelumnya. Dan lanjutkan lagi dengan pendampingan bunda seperti itu.</p>	
8.	<p>Sudah berapa lama terapi menulis ekspresif tersebut diterapkan di PTP2A dan terhadap remaja tersebut?</p>	<p>Untuk terapi menulis ekspresif ini sejak saya menjabat menjadi sekretaris peduli perempuan namun untuk sebelumnya itu, bunda kurang tahu, untuk terapi menulis ekspresif yang bekerja sama dengan Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta tentunya sejak dari dulu ya tetapi dalam pemberian terapi tersebut di sesuai kan kasusnya. Jadi tidak semua kasus mendapatkan tindakan terapi tersebut. “...Dan terapi menulis ekspresif ini diterapkan pada remaja R sudah 4 kali. Ee terhitung sejak bulan november 2021 yaa wukk.. Tetapi R ini ikut dengan bunda sudah sekitar hampir setahun gitu.”</p>	<p>Waktu pelaksanaan</p>
9.	<p>Bagaimana hasil dari penerapan terapi menulis ekspresif ini</p>	<p>Untuk proses terapi ini R itu mengaku lega setelah mengikuti arahan terapinya dan selama terapi ini di terapkan perubahan yang signifikan itu kebiasaan nyata tangan udah pelahan memudar, karena</p>	<p>Perubahan perilaku subjek</p>



		kan setiap kumat di sellau minta ayo bund ketemeu sama bu M gitu, jadi dia sudah tau harus melapiaskan kemana gitu.	
10.	Bagaimana hasil dari seluruh penanganan yang dilakukan di P2TP2A Karanganyar	Untuk hasil dari penerapan menunjukan hasil yan cukup memuaskan, kaeran remaja R ini sedikit demi sedikit itu pulih dan bisa berinteraksi di keramaian meskipun itu masih sangat kurang ya, setelah melakukan terapi tersebut dia merasa lega katanya sedikit plong karena kan uda bisa mengeluarkan isi hatinya itu. Yaa selain itu R sudah mulai bisa terbuka terhadap lingkungan, namun ini menunjukan hasil yang bagus. Untuk sayatan di tangan juga mulai berkurang. Keberhasilan terapi ini tidak luput dari kemauan remaja yang ingin cepat sembuh dan peran pekerja sosial serta psikiater yang menangani remaja tersebut kemudian juga pnanganan lain yang di terap kan.	Hasil penerapan terapi
11.	Apa saja yang di lakukan P2TP2A dalam menagani remaja R ini ?	Untuk R ini, kita berusaha untuk membantu dalam proses psikologinya yang paling penting wuk, selain terapi ini juga saya di bantu tim memang menerapkan program kita ke dia, seperti	Penanganan korban di P2TP2A

		<p>healin jadi mengajak di untuk berwisata dnegan korban lain agar dia berani bersosialisasi gitu wuk terus juga ada diskusi nah biasanya kita mengadakan oubon gitu semalam agar mereka itu bisa bercerita pengalamannya satu sama lain gitu.</p>	
11.	<p>Apa kendala dari adanya penanganan untuk korban R</p>	<p>Kendalanya itu ada di waktu yaa wuk, kadang kita harus menyesuaikan waktu dia sama dengan bu mira soalnya harus sinkron dulu gitu. Dan menyingkronkan waktu sama bunda soalnya kan r tidak mau kalau tidak saya dampingi juga gitu.</p>	<p>kendala</p>

## Lampiran 3 Hasil Transkrip Wawancara (R)

## Waktu dan Tempat

Hari, Tanggal : Kamis, 16 Juni 2022

Waktu : Pukul 10.00

Tempat : Taman Surakarta

## Identitas Informan

Nama : R

Umur : 18 Tahun

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

## Wawancara

No	Pertanyaan	Jawaban	Tema
1.	Halo mbak, saya rosalinda duw lestari dari UIN Raden Mas said, untuk hal ini saya izin melakukan pengalihan data mbak. Apakahbsa di mulai	Oke, baik silahkan	Pembukaan
2.	Bagaimana kondisi mbak R sebelum mendapatkan penanganan dari P2TP2A?	Emm.. kondisi saya dulu penuh drama karena yaa ada problem dirumah terkait perceraian ayah dan ibu saya sejak kelas 6 SD. Dan di situlah drama hidup saya di mulai, di dini saya merasa di bedakan dengan adik saya dari fasilitas seperti HP kemudian kerjaan rumah tangga yang	Kondisi awal subjek

		berlebihan, dan saya dilarang bertemu dengan ibu saya selama 10 tahun yaa lama nya, di situ saya merasa sedih pasti merasa tuhan tu tidak adil dengan saya kaya keburukan itu selalu menimpa saya dan sepertinya saya tidak pasti di lahirkan gitu yaa merasa tidak berguna gitu.	
3.	Bagaimana awal mula perceraian itu orang tua mbak R	Sejak itu kelas 4 SD ibu saya mngajukan perceraian, hingga ayah akau yang ngotot bhwa hak asuh anak jatuh ke tangan dia. Dan memang di pernikahan ayah dan itu itu banyak masalah dari sejak awal pernikahan sudah ada konflik gitu.	Kronologi perceraian
4.	Bagaimana hubungan anda dengan keluarga ayah mbak R sekarang?	Untuk itu saya sudah lama tidak berhubungan lagi soalnya ssaya sekarang ikut ibu saya dan mungkin hanya sesekali menanyakan kabar.	assesmen
5.	Bentuk kekerasan apa yang mbak R terima selama ini ?	Emm lebih ke psikis aku yaa.. aku selalu disuruh melakukan pekerjaan rumah yang berlebihan, kemudian masalah keuangan pun semenjak covid itu saya tidak di beri saku lagi, kemudian ada suatu momen pada saat smp aku dipukuli ayah aku karena satu keshlahan dan memang itu karena ayah akau sendiri, saya juga sering dapat bullyan dari temen-teman karena orang tua aku	Bentuk kekerasan

		bercerai, selain itu aku diperlakukan oleh ayahku secara tidak adil karena aku di perlakukan berbeda dengan adik aku, adik aku selalu dituruti apa yang dia mau, uang saku di beri dan akau harus mencari sendiri dan aku harus kerja untuk memenuhi kebutuhan ku sehari-hari. Bahkan aku hanya diberi uang saku lima ribu rupiah .	
6.	Adakah pihak keluarga mbak yang peduli terhadap mbak	Ada itu eyang, tapi eyang saat itu juga takut sama ayah saya. Jadi hanya eyang yang peduli sama aku.	Respon keluarga
7.	Sejak kapan mbak R merasakan perubahan tingkah laku	Sejak SMP, krena saat iru saya sudah merasakan malas belajarkan kerana banyak yang membully jadi saya malas untuk belajar, kemudian malas berhubungan dengan orang lain. Jadi kemana-mana memilih sendiri. Jadi kalau tidak terlalu penting ya tidak meminta bantuan sama orang lain. Terus saya juga tidak suka dengan suara gaduh di keramaian gitu	Perilaku awal subjek
8.	Apa yang mendorong mbak R akhirnya melapor ke komnas HAM	Itu puncaknya pada tahun 2020 sampai 2021. Aku udah sempet mau da pikiran bunuh diri karena adanya tekana dari keluarga dan juga diri aku sendiri. Karena ayah selalu menuntutku harus bisa ini dn itu tanpa dia memikirkan kasih sayang untuk aku gitu,	Awal pelaporan

		kemudian aku di saranin oleh teman online untuk melapor ke komnas HAM dan akhirnya laporan saya di terima.	
9.	Bagaimana mbak R akhirnya tangani di P2TP2A ?	Awalnya aku iseng minjem hp eyangku, terus membuat laporan ke komnas HAM kemudian 2 bulan ssetelahnya saya mendapatkan balasan itu. Kemudian berencana saya keluar dari rumah sampai akhirnya tiba di karanganyar rumah nenek ku yang dari ibu, ya setelah itu 1 bulan kemudian, bunda datang ke rumah dan bertanya seperti apa kronologi kejadiannya gitu.	Awal penanganan
10.	Apa yang mbak lakukan ketika mbak R sedang merasa terpuruk dalm menghadapi situasi saat ini	Aku itu merokok dan kadang mengkonsumsi paracetamol kalau sedang mengkonsumsi itu bisa sampai satu strip. Dan kadang melukai diri ku pun aku tidak merasakan apa-apa yaa itu ketika aku bener-bener di kondisi down banget cara melampiaskan ku itu.	Reaksi subjek dalam masalah
11.	Bentuk penanganan apa saja yang mbak R dapatkan selama ini	Dari penanganan bunda sendiri, jadi saya melakukan pemeriksaan psikologis saya dulu sejak bulan november, akhirnya saya di beri obat anti depresan untuk gangguan tidur saya dan sering halusinasi, dan setelah itu ke terapi juga mengikuti terapi menulis gitu, terus juga ada healing bersama	Bentuk penanganan

		bunda.	
12.	Bagaimanakah proses terapi menulis ekspresif yang selama ini diterapkan?	Pertama itu saya dikenalin sama ibu M kata bunda itu psikolog nanti yang bakal nanganin aku, terus ya dengan di dampingi bunda akhirnya aku ikut sesi terapi di Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta terus diarahin sama diberi alat tulis gitu disuruh nulis apa yang dirasain selama ini ya terus udah sebentar aja, setelah itu diberikan masukan-masukan sama bu M agar gini-gini gitu dan udah nanti balik lagi buat konsul sama buat terapi ini lagi. Sama bunda pun gitu masih di dampingi bunda lewat chat tanya-tanya gitu	Proses penerapan terapi menulis
13	Dalam proses terapi tersebut biasanya apa yang menjadi topik untuk menulis mbak R	Jadi kalau melakukan sesi terapi ketika aku butuh gitu ketika aku down yang aku katakan tadi kan, dan biasanya sih aku nulis tentang kejadian lalu aku gitu kaya masih dipikiran terbayang-bayang, jadi kekesalan ku waktu iru masih ada disini, dan biasanya ya itu tentang masalah dan ungkapan kekesalan ku di saat ini gitu sih, beda-beda kadang tergantung mood ku saat itu.	Topik dalam menulis
14.	Membutuhkan waktu berapa lama dalam sesi menulis ini mbak	Kalau itu biasaya sampai dua jam, tapi kalau nulis itu tergantung saya biasanya mau udahan atau mau lanjut gitu	Frekuensi menulis

15	Bagaimana carapenulisan mbak R ketika mengikuti sesi menulis ini	Sesuai apa yang aku rasakan sih dan yaa aku nulis sesuka ku dengan tulisan gitu, jadi tidak harus caranya gini enggak gitu sih	Tulis menulis
16.	Dalam sesi menulis biasanya apa yang di ungkapkan pada tulisan mbak R	Yaa biasanya kan terkait permasalahan saya, apa yang saya rasakan sekarang apa yang membuat ku kesal sekarang gitu tapi pasti ada kaitannya dengan kejadian masalahku kemarin	Menulis untuk diri sendiri
17.	Apakah ada ketika sesi menulis harus adayang mbak R hindari untuk menjaga perasaan mbak	Tidak ada sih, yaa mengikuti arahan saja	Yang dihindari dalam menulis
18.	Apa harapan mbak R dalam mengikuti sesi terapi ini	Yaa agar aku bisa kembali kehidupan normal seperti orang-orang biasanya gitu tanpa harus ada keluhan ini itu. Ingin cepat pulih aja	Harapan adanya penerapan terapi
19.	Ada pertimbangan tertentu tidak dalam mengikuti proses terapi ini	Tidak ada sih, kna memang akaeran kemauan aku dan aku membutuhkan adanya pendampiangan ke psikolog juga	pertimbangan
20.	Kapan biasanya mbak R menghentikan sesi menulis ini	Kalau akau merasa sudah cukup dalam menulis ya aku cukup kan gitu	Pengakhiran penulisan
21.	Sudah berapa kali mbak R	Udah empat kali ini sih, tapi dipantau terus sama bunda dan	Waktu pnerapan



	melakukan prosedur terapi ini?	bu M lewat chat <i>whatsapp</i> .	terapi
22.	Apa yang biasanya dilauan ketika sesi sudah selesai	Biasanya ibu M itu melaukan kaya feedback gitu, jadi kaya mengambil sispositif dari apa yang rasakan saat ini sekarang terus juga memberikan suatu motivasi gitu agar kuat dalam menghadapi permasalahan.	penutup
23.	Perubahan apa yang mbak R rasakan setelah menerima terapi menulis ekspresif ini?	Lumayan yaa.. soalnya bisa lebih lega meskipun belum semua teratasi kadang masih suka sedih dan tidak berguna gitu, tapi jauh lebih baik dari kondisi yang sebelumnya.	Perubahan setelah terapi
24.	Perubahan apa yang paling mbak R rasakan saat ini setelah mengikuti sesi terspi selama ini ?	Yaa itu sih kaya kebiasaan saya yang lagi down kan sering menyileti tangan aku tanpa sadar gitu, yaa jadi itu yang kebiasaanku paling bisa di kontrol saat ini, dulu kan pelampiasan ku e sayatan tangan ini tapi setiap sedang down selalu minta tolong bunda biar bisa ikut terapi lagi gitu.	Perubahan perilaku
25.	Apa harapan mbak R kedepannya?	Apanya.. pengen hidup normal seperti orang-orang aja tanpa beban hidup yang lebih intinya pengen ngerasain hidup yang lebih bahagia aja gitu.	Harapan subjek

## Hasil Observasi Subjek

### *Lampiran 4 Hasil Observasi (A)*

Subjek 1 : A  
Pekerjaan : Ketua bidang P2TP2A Karanganyar  
Alamat : Karanganyar  
Tanggal : 26 April 2022  
Waktu : 09.00 WIB

Pada hari, selasa 26 april 2022 melakukan wawancara secara langsung dengan subjek yakni pekerja sosial sekaligus ketua bidang pengaduan P2TP2A Karanganyar. Sebelum melakukan wawancara peneliti melakukan konfirmasi terlebih dahulu menggunakan media whatsapp untuk mengatur jadwal bertemu dan agar lebih nyaman dalam membangun suasana. Pertemuan untuk wawancara ini brada di rumah A yang berada di karanganyar yang dekat dengan komplek persekolahn di Karanganyar. Saat proses wawancara subjek telah rapi mnggunakan pakaian sopan dan ekspresi wajah yang fresh penuh dengan senyumana saat mnyambut peneliti.

Ketika beberapa kali peneliti mengajukan pertanyaan, subjek menjawab dngan penuh antusias, enjoy, dan santai seakan pertanyyan tersebut sudah tergambar di pikiran A. Dalam ke antusiasan a dalam menjelaskan jawabannya terlihat a dengn gerakan tubuh agak condong kedepan dan gerakan tangan seakan menisyararkan alur demi alur suatu peristiwa. Pada proses wawancara berlangsung A sangat komukatif dalam menjelaskan stiap pertanyaan dari penulis, A sangat pintar dalam mencairkan suasana sehingga peneliti tidak terlalu tengang menghadapi A. Subjek A menjelaskan secara detail setiap pertanyaan yang di lemparkan peneliti. Setiap sesi wawancara dilakukan maka peneliti dan subj pertama akan melakukan foto bersama.

Subjek 1 : A  
Pekerjaan : Ketua bidang P2TP2A Karanganyar  
Alamat : Karanganyar  
Tanggal : 16 Juni 2022  
Waktu : 09.00 WIB

Pada pertemuan selanjutnya pada tanggal 16 Juni 2022. Subjek telah mengatur jadwal agar peneliti dapat bertemu langsung dengan korban kekerasan yang menjadi subjek peneliti selanjutnya. Pertemuan ini berada di suatu taman daerah surakarta dengan nuansa yang sepi dan tenang sehingga nyaman untuk berkomunikasi dengan korban yang menjadi sasaran . seperti kemarin subjek a menggunakan pakaian rapi namun santai sehingga terlihat elegan dengan raut wajah ekspresif penuh senyuman,.

Disini subjek A menjelaskan ketika akan melakukan wawancara dengan korban agar selalu berhati-hari karena bisa saja korban tersebut sensitif sehingga dapat menimbulkan suasana yang canggung. Pada kondisi itu subjek selalu mendampingi peneliti dan korban serta menjelaskan kepada korban ketika ada ketidakpahaman pertanyaan. Sehingga subjek A sangat membantu dalam komunikasi antara korban dan peneliti.

Subjek 1 : A

Pekerjaan : Ketua Bidang Pengaduan P2TP2A Karanganyar

Tanggal : 21 Desember 2021

Waktu : 09.00

Pada hari Kamis tanggal 21 Desember 2021, peneliti melakukan pendampingan bersama subjek A dalam pendampingan korban kekerasan dalam rumah tangga yang mengalami depresi menjalani sesi terapinya untuk memulihkan kondisi psikisnya. Saat kondisi itu subjek mengenakan batik yang elegan dan sangat cantik bersama peneliti menunggu kedatangan subjek R yang mana dijadwalkan jam 10 pagi. Kemudian R datang dengan mengenakan pakaian kekinian dengan balutan celan jeans bermodelan sobek, kemeja seperti jaket dengan rambut teruarai dan memakai kacamata.

Dari hasil pengamatan, dalam poses terapi yang akan berlangsung subjek R bertemu dengan subjek A sangat bahagia terlihat dari perilaku subjek R yang langsung memeluk dan mencium bunda serta mengeluhkan kondisinya saat itu. Pada saat itu juga subjek A memberikan motivasi pada subjek R untuk selalu tenang dalam menghadapi permasalahannya dengan belaian kasih saya dari subjek A, dapat dilihat subjek R sangat terhanyut dalam kasih sayang itu. Pada akhir sesi terapi subjek A memberikan suatu penguatan agar subjek R kuat dalam menjalani kehidupannya dan agar semangat dalam menjalani terapi agar segera pulih dalam gangguan psikologisnya. Setelah melakukan sesi terapi R terlihat merasa kelegaan yang diisyaratkan oleh R dengan menghembuskan nafas panjang sambil keluar dari ruang terapi. Kemudian subjek A menuntun subjek R dan memberikan dukungan positif kembali kepada R karena telah dapat mengikuti sesi terapi dengan baik dan benar, karena sebelum itu subjek R sempat menolak untuk mengikuti sesi menulis namun karena di bujuk oleh terapis dan subjek A akhirnya R mau mengikuti sesi tersebut hingga selesai.

*Lampiran 5 Hasil Observasi (R)*

Subjek 2 : R  
Diagnosa : depresi  
Kasus : kekerasan Dalam rumah tangga  
Tanggal : 21 desember 2021  
Waktu : 09.00

Pada hari kamis tanggal 21 Desember 2021, peneliti melakukan pendampingan bersama subjek A dalam pendampingan korban kekerasan dalam rumah tangga yang mengalami depresi menjalani sesi terapinya untuk memulihkan kondisi psikisnya. Saat itu subjek datang pada sekitar pukul 10 pagi. Dia mengenakan pakai kekinian super gaul dengan balutan celana sobek jeans, kacamata, rambut yang terurai berwarna merah, dengan kemeja outer tebal berwarna army. Dengan penampilannya tersebut subjek seperti siap menjalani terapinya dengan berjalan tegap menghampiri bunda. Subjek merengek terhadap bunda bahwa dia enggan menulis karena keluhan kondisinya saat itu. Setelah adanya pengutan dari subjek A akhirnya R tetap mengikuti terapi tersebut dengan baik dan benar. Terlihat setelah mengikuti terapi R terlihat lega sembari menghembuskan nafas panjangnya berjalan keluar dari ruang terapi menghampiri bunda. Dan di berikan penguatan dukungan positif oleh subjek A.

Subjek 2 : R  
Diagnosa : depresi  
Kasus : kekerasan Dalam rumh tangga  
Tanggal : 16 Juni 2022  
Waktu : 10.00 WIB

Pada kamis 16 Juni 2022, peneliti melakukan wawancara secara langsung dengan subjek atau korban kekerasan dalam rumha tangga yang mengalami depresi yang menjadi subjek untuk penelitian saat ini. Pada kondisi ini peneliti terlebih dahulu datang, dari kejauhan datanglah subjek R yang ditunggu. R datang dengan mengenakan pakaian super kekinian.dengan balutan celana jeans sobek mengikutu trend dengan kacamata serta kemeja berwarna gelap.

Pada hasil pengamatan peneliti, subjek R lebih sering fokus memainkan ponselnya, terlihat sangat komunikatif sat diajak berbicara, orang yang pintar dalam berututrkata hal ini terlihat dari setiap menjawab pertanyaan dai penliti dengan ahasa kekinian subjek menanggapi setiap prtanyaan yang dilmparkan oleh pneliti. Subjek R dapt menjelaskan kondisinya dalam suatu permasalahan tersebut dengan cukup rinci namnun ada beberapa kali subjek R sangat kaku dalam menjawab pertanyaan dari peneliti.

*Lampiran 6 Hasil Observasi (M)*

Subjek 3 : M  
Pekerjaan : Terapi rumah sakit jiwa daerah suarkarta  
Alamat : Surakarta  
Tanggal : 25 Juni 2022  
Waktu : pukul 09.30

Pada hari senin tanggal 25 juni 2022, peneliti bertemu secara langsung dengan terapi yang telah menangani remaja korban kekerasan dalam rumah tangga yang mengalami gangguan psikologis dengan riwayat medisnya terdiagnosa bahwa mengalami depresi. saat pertemuan untuk pertama kalinya M menegaskan pakaian dinas berwarna coklat di pagi hari yang sunyi. Saat pertemuan ini ruangan psikologi sangat sepi tidak ada pasien yang ditangani sehingga peneliti sangat leluasa dalam mengali data terkait dengan terapi yng di terapkan oleh terapi kepada remaja korban kekerasan dalam rumah tangga. Dalam proses pertemuan ini peneliti dengan melakukan dan menaati proisedur rumah sakit yang memang hrus menggunakan surat dalam melakukan kunjungan.

Dari hasil pengamatan, dalam proses wawancara subjek M menjelaskan terkait dengan proses terapi menulis ekspresif ini dengan cukup singkat, padat, dan jelas sehingga tidak bertele-tele. Subjek M mampu menjawab pertanyaan yang dilemparkan oleh peneliti seakan sudah tidak asing lagi dengan kata-kata seperti ini. Dengan logat gaulnya subjek M dapat mencairkan suasana yang terlihat tenggang menjadi sangat nyaman.

### Hasil Observasi di P2TP2A Karanganyar

Hari, Tanggal Observasi : Senin, 15 November 2021

Waktu Observasi : Pukul 10.00 WIB

Tempat Observasi : Aula DP3APPKB Kabupaten Karanganyar

Orang yang Terlibat : Petugas P2TP2A Karanganyar di ikuti guru Bimbingan dan Konseling se-Kabupaten Karanganyar tingkat SMP.

Waktu	Deskripsi Kegiatan	Makna
Pukul 10.00-11.30 WIB	Dalam maraknya kasus kekerasan terhadap anak di kabupaten karanganyar, maka di adakanlah suatu acara sosialisasi yang bertemakan kekerasan terhadap anak dihadiri oleh petugas DP3APPKB Kabupaten Karanganyar, Sekretaris Peduli Perempuan P2TP2A Karanganyar, Ketua Yayasan KAKAK Surakarta, serta guru bimbingan konseling se-Kabupaten Karanganyar tingkat SMP. Acara ini dibagi dua sesi yaitu acara sesi pagi dan siang, bedanya di sesi siang Peserta guru bimbingan konseling tingkat SMA. Dalam kegiatan tersebut memberikan wawasan terkait anak, cara membimbing anak di dalam sekolah, mengatasi masalah yang dihadapi anak. Kemudian diskusi mengenai masalah anak yang dialami disekolah. Pada kegiatan ini fasilitator berhasil	Dengan di adakannya acara sosialisasi terkait kekerasan terhadap anak secara tidak langsung akan mencegah terjadinya kekerasan baik itu seksual, kekerasan dalm rumah tangga dan lainnya. Dengan adanya kegiatan ini peserta dapat meningkatnya kesadarannya akan dampak berkelanjutan kepada anak korban kekerasan.



	<p>membangun suasana diskusi menjadi aktif. Para peserta menjadi interaktif. Tema ini sangat menarik mengingat rentannya tindak kekerasan terhadap anak baik di lingkungan keluarga maupun disekolah.</p>	
--	---	--

Hari, Tanggal Observasi : Setiap bulan atau program tahunan

Waktu Observasi : tidak di tentukan

Tempat Observasi : tidak di tentukan

Orang yang terlibat : Orang yang menjadi sasaran setiap bidang

<b>Deskripsi Kegiatan</b>	<b>Makna Kegiatan</b>
<p>Sosisalisasi amrupaka kegiatan setiap bulan oleh P2TP2A dengan pemerintah dalam mencegah tindak kekerasan pada perempuan dan anak yang diadakan setipa bidnagnya baik di bilang sosial atau di bidang pendididkan biasanya P2TP2A mengandengan suatu komunitasa dalam pencegahan kekerasan anak ini misalnya bersama Yayasan KAKAK Surakarta dan pihak kepolisian.</p>	<p>Dengan adanya sosialisasi setiap bulannya dapat meningkat kesadaran pada mata masyarakat dalam mencegah tindak kekerasan pada perempuan dan anak di Karanganyar.</p>

## Lampiran 7 Surat Izin Penelitian



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA**  
**FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH**  
 Jl. Pandawa Pucangan Kartasura Sukoharjo Telp. (0271) 781518 Fax. (0271) 782774  
 Homepage : [fud.uin-surakarta.ac.id](http://fud.uin-surakarta.ac.id) E-mail: [fud@uin-surakarta.ac.id](mailto:fud@uin-surakarta.ac.id)

Nomor : B-2146/Un.20/F.I/PP.01.1/06/2022 Surakarta, 28 Juni 2022  
 Lampiran : -  
 Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth  
**Kepala Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, Pengendalian  
 Penduduk dan Keluarga Berencana Kabupaten Karanganyar**  
 Jl. Lawu No.167, Tegalgada, Kec. Karanganyar, Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah 57714

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dr. Islah., M. Ag  
 NIP : 19730522 200312 1 001  
 Pangkat : Pembina/(IV/a)  
 Jabatan : Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
 UIN Raden Mas Said Surakarta

Memohon izin Penelitian bagi mahasiswa kami:

Nama : Rosalinda Duwi Lestari  
 NIM : 181221070  
 Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Waktu : 27 Juni – 27 Juli 2022  
 Lokasi : Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak  
 (P2TP2A) Kabupaten Karanganyar  
 Judul : Terapi Menulis Ekspresif Untuk Menangani Depresi Pada Remaja  
 Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di P2TP2A Karanganyar

Demikian surat ini disampaikan, atas perkenan dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*



Dr. Islah., M. Ag  
 19730522 200312 1 001

*Lampiran 8 Surat Pengantar Prapenelitian di RSJ dengan Terapis*



**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH  
RUMAH SAKIT JIWA DAERAH SURAKARTA**

Jl. Ki Hajar Dewantara 80 Jebres Kotak Pos 187 Surakarta 57126  
Telp. (0271) 641442 Fax. (0271) 648920  
E-mail: rsj@surakarta.jatengprov.go.id Website: http://rsj.surakarta.jatengprov.go.id



**SURAT PENGANTAR PRA PENELITIAN**

Yang bertandatangan dibawah ini Kepala Sub Bagian Diklitbang Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta, menerangkan bahwa:

Nama : Rosalinda Dwi Lestari  
NIM : 181221070  
Institusi : Universitas Islam Negeri Paden Mas Sa'id Surakarta.

Adalah mahasiswa yang sedang melaksanakan **Pra Penelitian** di Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta selama 1 (satu) bulan terhitung dari tanggal 25 Juli s/d 25 Agustus 2022

Maka mohon untuk dapat memfasilitasi kegiatan mahasiswa tersebut.

Demikian Surat Pengantar ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya dengan penuh tanggung jawab.

Surakarta, 25 JUL 2022  
Kepala Sub Bagian Diklitbang  
Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta,



Lampiran 9 Surat Keterangan Penelitian dari Dinas



PEMERINTAH KABUPATEN KARANGANYAR  
DINAS PEMBERDAYAAN PEREMPUAN,  
PERLINDUNGAN ANAK, PENGENDALIAN PENDUDUK DAN  
KELUARGA BERENCANA

Alamat : Jl. Lawu No.187 Karanganyar Telp (0271) 495063 Fax 495063  
Website : dp3appkb@karanganyarkab.go.id E-mail : dp3appkb@karanganyarkab.go.id Kode Pos 57714

Nomor : 070/997.1.8  
Sifat : Penting  
Lampiran : -  
Hal : Izin Penelitian

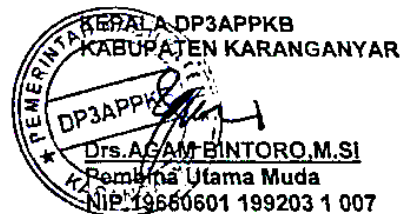
Karanganyar, 2 Juli 2022  
Kepada  
Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said  
Surakarta  
di -  
SURAKARTA

Memperhatikan surat dari Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah No. B-2146/Un.20/F.I/PP.01.1/06/2022 tanggal 28 Juni 2022 perihal tentang permohonan Ijin Penelitian a.n. :

Nama : Rosalinda Duwi Lestari  
NIM : 181221070  
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Judul : Terapi Menulis Ekspresif Untuk Menangani Depresi Pada Remaja Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di P2TP2A Karanganyar

Kami menerima dan menyetujui yang bersangkutan melakukan penelitian dimulai tanggal 27 Juni sampai dengan 27 Juli 2022 di lingkungan Kantor Dinas Pemberdayaan Perempuan Perlindungan Anak, Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana Kabupaten Karanganyar sesuai peraturan yang berlaku dengan protokol kesehatan ketat.

Demikian disampaikan untuk menjadi periksa.



## Lampiran 10 Informed Consent

### SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN/NARASUMBER PENELITIAN

Berdasarkan lembar penjelasan penelitian yang telah saya baca/dengar dan diskusikan, saya:

Nama : Ketua bidang Pengabdian dan Pendampingan Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A) Kabupaten Karanganyar  
Alamat: Jl. Lawa No. 167, Tegalgede, Kec. Karanganyar, Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah 57714.

Berdasarkan untuk berpartisipasi aktif dalam penelitian yang berjudul "TERAPI MENULIS EKSPRESIF UNTUK MENANGANI DEPRESI PADA REMAJA KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA DI P2TP2A KARANGANYAR". Kami menyatakan, bahwa keikutsertaan kami dalam penelitian ini kami lakukan secara sukarela atau tanpa paksaan dari pihak manapun.

Kami bersedia terlibat penuh dan aktif selama proses penelitian sesuai dengan kapasitas yang kami miliki. Kami akan memberi informasi dengan jujur-jujurnya, dan memperkenankan peneliti untuk menggunakan data-data yang saya berikan untuk dipergunakan sesuai dengan kepentingan dan tujuan penelitian. Kami mengetahui, bahwa informasi yang saya berikan akan DIRAHASIAKAN dan tidak disampaikan secara terbuka kepada khalayak umum.

Sebagai narasumber dalam penelitian ini, kami menyetujui untuk melaksanakan wawancara melalui *online* maupun *offline* dengan waktu yang telah disepakati. Dalam melakukan wawancara kami juga memperkenankan peneliti untuk menggunakan alat bantu perekam agar dapat menghidari kesalahan dan atau adanya informasi yang tidak lengkap mengenai topik yang diteliti.

Meskipun kami telah menyatakan untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian ini dengan penuh kesadaran, kami bebas untuk mengundurkan diri setiap saat jika saya menghendakinya.

Peneliti



Rosalinda Duwi Lestari

Karanganyar, 09 April 2022  
Informasi Penelitian



Ketua bidang Pengabdian dan Pendampingan P2TP2A

### SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN/NARASUMBER PENELITIAN

Berdasarkan lembar penjelasan penelitian yang telah saya baca/dengar dan diskusikan, saya:

Nama : RE (Nama samaran)

Alamat: Karanganyar

Berdasarkan untuk berpartisipasi aktif dalam penelitian yang berjudul "TERAPI MENULIS EKSPRESIF UNTUK MENANGANI DEPRESI PADA REMAJA KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA DI P2TP2A KARANGANYAR". Kami menyatakan, bahwa keikutsertaan kami dalam penelitian ini kami lakukan secara sukarela atau tanpa paksaan dari pihak manapun.

Kami bersedia terlibat penuh dan aktif selama proses penelitian sesuai dengan kapasitas yang kami miliki. Kami akan memberi informasi dengan jujur-jujurnya, dan memperkenankan peneliti untuk menggunakan data-data yang saya berikan untuk dipergunakan sesuai dengan kepentingan dan tujuan penelitian. Kami mengetahui, bahwa informasi yang saya berikan akan DIRAHASIAKAN dan tidak disampaikan secara terbuka kepada khalayak umum.

Sebagai narasumber dalam penelitian ini, kami menyetujui untuk melaksanakan wawancara melalui *online* maupun *offline* dengan waktu yang telah disepakati. Dalam melakukan wawancara kami juga memperkenankan peneliti untuk menggunakan alat bantu perekam agar dapat menghidari kesalahan dan atau adanya informasi yang tidak lengkap mengenai topik yang diteliti.

Meskipun kami telah menyatakan untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian ini dengan penuh kesadaran, kami bebas untuk mengundurkan diri setiap saat jika saya menghendakinya.

Karanganyar, 09 April 2022

Peneliti



Rosalinda Duwi Lestari

Informasi Penelitian



RE

## Lampiran 11 Daftar Riwayat Hidup

**DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

## A. Identitas Diri

Nama : Rosalinda Duwi Lestari  
Tempat, Tanggal, Lahir : Karanganyar, 27 Desember 1999  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Email : dlrosali121@gmail.com  
No. Hp : 083116420700  
Alamat : Ngablak RT 02 RW 06 Karangmojo, Tasikmadu,  
Karanganyar, Jawa Tengah

## B. Data Riwayat Pendidikan

1. SD Negeri 03 Karangmojo
2. SMP Negeri 01 Jaten
3. SMA Muhammadiyah 1 Karanganyar
4. S1 Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, Tahun masuk 2018

Demikian riwayat hidup ini saya buat dengan sebenar-benarnya.