

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Faktor Gangguan Stress Pasca Trauma pada Klien “K”

1. Faktor Kognitif

Orang-orang yang mengalami gangguan stress pasca trauma dianggap tidak mampu merasionalisasi trauma dengan cepat. Mereka terus merasakan stres dan mencoba untuk menghindari apa yang dialami dengan teknik penghindaran. Orang-orang tersebut menekan ingatan tentang trauma yang dialami ke alam bawah sadar, yang mana lama-kelamaan semakin menumpuk, jika terjadi trauma lagi hal itu akan membangkitkan trauma yang sebelumnya.

Klien “K” gagal merasionalisasi trauma yang ia alami dan menanggapi peristiwa traumatis dengan pikiran-pikiran negatif yang merugikan diri sendiri, hal ini terlihat dari yang ia sampaikan

“Rasa kecewa dan bersalah mengapa sampai melakukan itu ke saya. saya malu dan merasa kalau saya sudah tidak suci lagi, saya takut nanti tidak ada pria yang mau menikahi saya.”¹

2. Faktor Psikodinamika

Faktor psikodinamika ialah ingatan tentang kejadian traumatik yang muncul secara konstan dalam pikiran seseorang dan sangat menyakitkan sehingga secara sadar merepsinya. Begitu pula yang terjadi pada klien “K”, ia sering kali teringat akan

¹ Klien “K” yang mengalami gangguan stress pasca trauma, *Wawancara*, Talang Jambe 26 April 2019

peristiwa traumatis yang dialaminya, saat ia teringat klien “K” merasakan perasaan takut, kecewa, dan perasaan bersalah terhadap diri. Sebagaimana yang ia sampaikan:

“Sering karena peristiwa tersebut adalah peristiwa yang sulit untuk saya lupakan, Perasaan yang saya rasakan ketika kejadian itu muncul kembali yang pastinya takut, kecewa, dan merasa bersalah terhadap diri sendiri”²

B. Kondisi Gangguan Stress Pasca Trauma pada Klien “K”

Ciri-ciri Gangguan Stress Pasca Trauma

1. Merasakan Kembali Peristiwa Trauma (*Re-experiencing symptoms*)

Menurut National Center of PTSD, tanda dan gejala PTSD adalah merasakan kembali kejadian traumatis dalam berbagai cara dan hal ini terjadi terus menerus dan menetap. Dengan munculnya tanda dan gejala tersebut, trauma akan dirasakan kembali oleh individu yang menderita PTSD melalui mimpi, memori atau masalah yang merupakan respon karena teringat tentang trauma yang dialami.³ Tanda atau gejala yang timbul adalah:

- a. Ingatan mengenai kejadian traumatis muncul secara berulang-ulang dengan sendirinya:

“Sering, sampai saat ini saya tidak bisa melupakannya.”⁴

² Klien “K” yang mengalami gangguan stress pasca trauma, *Wawancara*, Talang Jambe 26 April 2019

³ Retna Tri Astuti, dkk, *Manajemen Penanganan Post Traumatik Stress Disorder (PTSD) Berdasarkan Konsep dan Penelitian Terkini*, (Magelang: UNIMMA Press, 2018) hlm. 16

⁴ Klien “K” yang mengalami gangguan stress pasca trauma, *Wawancara*, Talang Jambe 26 April 2019

b. Mengalami mimpi buruk yang terus menerus berulang:

“Iya sering, mimpi buruk yang berhubungan dengan peristiwa itu, dimana saya mengalaminya sendiri. Peristiwa itu sulit saya lupakan.”⁵

c. Merasakan seakan peristiwa tersebut akan terulang kembali:

“Terkadang saya merasa demikian, apalagi jika suasana sepi.”⁶

d. Memiliki perasaan menderita yang kuat ketika teringat kembali peristiwa tersebut:

“Perasaan yang saya rasakan ketika kejadian itu muncul kembali yang pastinya takut, kecewa, dan merasa bersalah terhadap diri sendiri”⁷

Dari hasil wawancara diatas dapat di analisis bahwa klien “K” mengalami gangguan stres pasca trauma yang berupa merasakan kembali. Ia sering teringat tentang peristiwa traumatis yang dialaminya, mengalami mimpi buruk, perasaan cemas akan terulang kembali peristiwa pelecehan seksual apalagi jika suasana sedang sepi, dan perasaan takut, kecewa serta merasa bersalah pada dirinya sendiri.

2. Menghindar (*Avoidance Symptoms*)

Menurut National Center of PTSD, tanda dan gejala PTSD menurut kelompok ini meliputi penurunan respon individu secara umum dan perilaku menghindar yang menetap terhadap segala hal yang mengingatkan klien terhadap trauma.⁸ Tanda atau gejala yang timbul adalah:

⁵ *Ibid*

⁶ *Ibid*

⁷ *Ibid*

⁸ Retna Tri Astuti, *Ibid*, hlm. 17

- a. Menghindari pikiran, tempat atau sesuatu yang dapat mengingatkan kembali akan peristiwa traumatik tersebut:

“Untuk menghindari.. iya. Saya tidak lagi berani naik angkot”⁹

- b. Kehilangan ketertarikan atas aktivitas positif yang penting:

“Setelah kejadian tersebut, saya tetap mengikuti kegiatan positive, karena saya selama satu bulan membutuhkan waktu untuk menyendiri. Hingga saya mau menerima kenyataan, tapi ternyata kejadian-kejadian seperti itu saya alami berkali-kali. Setelah itu saya tidak lagi mengikuti kegiatan-kegiatan positif. Saya lebih suka menghabiskan waktu di kamar saya”

- c. Sulit untuk merasakan perasaan-perasaan positif, seperti kesenangan, kebahagiaan, dan kasih sayang:

“Iya setelah kejadian itu rasa senang dan kebahagiaan yang ingin saya rasakan sudah mulai dan sangat sulit saya dapatkan”

Dari hasil wawancara diatas dapat dianalisis bahwa klien “K” melakukan penghindaran terhadap segala sesuatu yang berkaitan dengan traumanya. Dalam proses wawancara klien “K” selalu menghindari pembicaraan yang berkaitan dengan traumanya, terlihat dari ia yang mengganti kata “kejadian pelecehan seksual” dengan kata “peristiwa”, dan ia juga menghindari tempat yang bisa mengingatkan kembali akan peristiwa traumatisnya seperti di angkot. Klien “K” juga mulai menghindari atau tidak aktif lagi dari kegiatan-kegiatan positif yang dijalannya. Ia juga merasa sulit untuk merasakan emosi positif seperti kebahagiaan dan kesenangan dalam diri.

⁹ Klien “K” yang mengalami gangguan stress pasca trauma, *Wawancara*, Talang Jambe 26 April 2019

3. Waspada (*Hyperousal Symptoms*)

Individu yang menderita PTSD akan mengalami peningkatan pada mekanisme fisiologis tubuh, yang akan timbul pada saat tubuh sedang istirahat. Hal ini terjadi sebagai akibat dari reaksi yang berlebihan terhadap stressor baik secara langsung atau tidak yang merupakan lanjutan atau sisa-sisa dari trauma yang dirasakan.¹⁰ Tanda dan gejala pada kelompok ini adalah:

a. Mudah marah:

“Iya, bahkan sulit untuk meredam emosi. Bahkan lebih mudah kesal, benci dan tidak suka kepada orang lain”¹¹

b. Sulit berkonsentrasi:

“Iya sulit, untuk sekarang jika teringat hal itu. Konsentrasi saya suka pecah”¹²

c. Selalu merasa seperti diawasi atau merasa seakan-akan bahaya mengincar disetiap sudut:

“Sering, apalagi saat berada di jalan, karena saya juga pernah mengalami pelecehan di jalan maupun di angkutan umum.”¹³

d. Menjadi mudah gelisah atau tidak senang:

¹⁰ Retna Tri Astuti, *Ibid*, hlm. 18

¹¹ Klien “K” yang mengalami gangguan stress pasca trauma, *Wawancara*, Talang Jambe 26 April 2019

¹² *Ibid*

¹³ *Ibid*

“Sering, baik di jalan maupun di rumah bahkan saking seringnya bisa buat nafsu makan saya hilang, tidur tidak tenang selalu berprasangka buruk, berpikir pesimis dan mudah putus asa”¹⁴

Dari hasil wawancara diatas dapat diambil kesimpulan. Bahwa klien “K” mengalami gangguan tidur berupa kesulitan tidur bahkan mimpi buruk. Klien “K” juga menjadi mudah marah sejak kejadian tersebut bahkan emosi-emosi negatif lainnya mudah ia rasakan, seperti kesal, benci, dan tidak suka kepada orang lain. Klien “K” juga mengalami kesulitan dalam konsentrasi. Klien “K” juga menjadi sangat berhati-hati saat bepergian dan menjadi lebih mudah curiga terhadap lingkungan sekitar. Perasaan waspada yang ia rasakan adalah reaksi dari peristiwa pelecehan seksual yang dialaminya, dan bahkan dalam beberapa kesempatan ingatan mengenai peristiwa itu bisa menghilangkan nafsu makannya.

C. Bimbingan dan Konseling Islam dalam Mengatasi Stress Pasca Trauma pada klien “K”

1. Identifikasi Kasus dan Masalah

Klien “K” adalah seorang mahasiswi di perguruan tinggi negeri di Palembang. Sebelum rentetan kejadian pelecehan seksual yang dialaminya ia adalah orang yang normal sebagaimana mahasiswi lain pada umumnya. Tapi, ketika ia mengalami pelecehan seksual yang ber-ulang, ingatan traumatis yang sering muncul (*flashback*), menyalahkan diri sendiri dengan memandang diri tidak suci, mudah marah, mudah

¹⁴ *Ibid*

gelisah, perilaku menghindar, dan memiliki perasaan curiga terhadap orang lain secara tidak realistis.

2. Diagnosa

Berdasarkan gejala-gejala yang tampak seperti sering teringat kembali peristiwa traumatis, perilaku menghindar, sulit konsentrasi, mudah marah, sulit merasakan perasaan positif seperti senang dan bahagia, serta sering mimpi buruk. Maka semua gejala dari gangguan stress pasca trauma telah terlihat pada klien “K”. Dengan demikian klien “K” mengalami gangguan stress pasca trauma

3. Prognosa

Prognosa adalah langkah untuk menentukan jenis bantuan dan pendekatan atau terapi yang akan dilaksanakan nanti. Dilihat dari permasalahan yang dihadapi oleh klien “K” Bimbingan Konseling Islam adalah pendekatan yang tepat untuk mengurangi dampak negatif dari gangguan stress pasca traumanya. Karena bimbingan dan konseling islam jika dilihat secara historis, masyarakat sudah tidak asing lagi, dan klien “K” termasuk orang yang taat beribadah terlihat dari ia yang selalu melakukan sholat 5 waktu.

4. Treatment

Langkah ini merupakan pelaksanaan perbaikan atau penyembuhan atas masalah yang dihadapi klien. Langkah-langkah ini meliputi membantu klien mengubah persepsi menjadi lebih positif, dan memberi alternatif solusi atas permasalahan yang dihadapinya.

Tabel 1
Proses Konseling

| NO | TANGGAL | TOPIK PEMBAHASAN |
|----|------------|--|
| 1 | 14/05/2019 | <p>Pengenalan dan Proses Konseling</p> <p>Konselor : Assalamu'alaikum</p> <p>Klien "K": Waalaikum salam</p> <p>Konselor : Apa kabar? lama tak bertemu</p> <p>Klien "K": baik, iya lama tak bertemu</p> <p>Konselor : Hari ini kita akan melakukan pengenalan kegiatan konseling</p> <p>Klien "K": iya baiklah</p> <p>Konselor : Konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan secara langsung maupun tak langsung antara konselor dalam hal ini saya dan anda sebagai konseli agar mampu memecahkan masalah atau problem yang sedang dihadapi dan mencapai kebahagiaan hidup. Bagaimana apakah anda sudah paham?</p> <p>Klien "K": Iya saya paham</p> <p>Konselor : Pertemuan kita ini dibatasi oleh waktu. Kita akan melakukan pertemuan dengan menggunakan waktu kurang lebih 30-45 menit. Dengan adanya waktu yang singkat ini kita manfaatkan sebaik-baiknya waktu tersebut, jika pada pertemuan ini masalahmu belum terselesaikan. Maka kita akan adakan perjanjian untuk pertemuan berikutnya</p> <p>Bagaimana apakah anda setuju?</p> <p>Klien "K": Ya baiklah saya setuju</p> <p>Konselor : Baiklah, berdasarkan yang anda sampaikan sebelumnya, saya memahami bagaimana perasaan anda. Namun semua itu bukanlah kesalahan anda, dalam hal ini anda adalah korban, jadi tidak perlu untuk berlebihan menyalahkan diri sendiri</p> <p>Klien "K": Ya baiklah akan saya coba, kadang kala saya heran salah saya apa, kenapa hal itu menimpa saya</p> |

| | | |
|--|--|--|
| | | <p>Konselor : Dalam hidup tentu kita mengalami berbagai kejadian, baik itu yang kita sukai atau yang tidak. Semua tak lepas dari ketentuan Allah, baiknya kita sebagai manusia selalu khusnudzon kepada Allah. Karena Allah tidak pernah mendzolimi hambaNya</p> <p>Klien “K”: Apakah benar demikian?</p> <p>Konselor : Ya tentu benar, pertama-tama anda harus yakin dulu tentang apa yang saya katakan tadi</p> <p>Klien “K”: Iya saya yakin</p> <p>Konselor : Saat ini mungkin anda merasa menjadi manusia yang paling kesusahan, paling menyedihkan. Tapi coba anda lihat banyak dari saudara kita hari ini masih kesulitan dalam urusan makan, tidak punya tempat tinggal. Banyak dari mereka yang akan sangat bersyukur jika berada diposisi anda</p> <p>Klien “K”: Kamu benar</p> <p>Konselor : Disini kan saya lihat banyak pondok pesantren, jika ada pengajian umum cobalah sesekali anda ikuti</p> <p>Klien “K”: Baiklah akan saya coba nanti</p> <p>Konselor : Jika anda tidak bisa untuk mengikuti, kan zaman sekarang sudah canggih nih, anda bisa melihat ceramah, mendengar kisah orang-orang soleh terdahulu melalui hp saja. Dengan mendengar kisah orang-orang soleh itu akan menguatkan hatimu</p> <p>Klien “K”: Iya terimakasih, setelah semua saya merasa lega. Tapi saya masih takut kalau kerumah bibi saya didusun</p> <p>Konselor : Untuk saat ini anda tidak perlu khawatir, saat ini anda juga pindah rumah, dan walaupun anda pergi kesana anda tidak menginap hanya singgah. Saat anda berada disana cobalah sebisa mungkin untuk menghindar. Dan anda bilang saat ini tinggal bersama bibi anda yang lain dikota, anda bisa minta perlindungannya saat anda berkunjung ke</p> |
|--|--|--|

| | | |
|---|------------|--|
| | | <p>dusun</p> <p>Klien “K”: Iya juga ya</p> <p>Konselor : Itu ikhtiarnya, selain itu anda juga berdo’a minta perlindungan dari kejahatan. Karena do’a adalah senjata orang muslim</p> <p>Klien “K”: Iya, itu sudah pasti</p> <p>Konselor : Baiklah kita sudahi untuk saat ini, jangan lupa pesan saya untuk mengikuti pengajian, kalau tidak bisa setidaknya mendengar kisah orang soleh, dan berkumpul bersama teman minimal 1 kali seminggu</p> <p>Klien “K”: Iya saya akan berusaha</p> <p>Konselor : Sampai jumpa di pertemuan selanjutnya</p> <p>Klien “K”: Iya, sampai jumpa</p> |
| 2 | 25/05/2019 | <p>Terminasi</p> <p>Konselor : Assalamu’alaikum</p> <p>Klien “K”: Wa alaikum salam</p> <p>Konselor : Kita bertemu lagi</p> <p>Klien “K”: Iya</p> <p>Konselor : Bagaimana apakah anda menjalankan apa yang saya bilang kemarin?</p> <p>Klien “K”: Iya, sudah saya lakukan sebagian</p> <p>Konselor : Bagaimana perasaan anda setelah menjalani proses konseling ini?</p> <p>Klien “K”: Saya merasa mendingan, dari pada yang kemarin. saya lebih banyak belajar bersabar dan menjadi pribadi manusia yang lebih baik lagi. Saya juga sudah mulai berani untuk naik angkot lagi, tapi saya tetap waspada, biasanya saya letakkan tas di depan saya buat jaga-jaga.</p> <p>Konselor : Jika begitu anda telah mengalami kemajuan yang cukup signifikan. Saya yakin kedepannya anda bisa mengendalikan emosi-emosi negatif anda sendiri.</p> <p>Klien “K”: Iya</p> <p>Konselor : Baiklah jika demikian berarti tujuan dari konseling kita telah tercapai, saya pikir ini adalah</p> |

| | | |
|---|--|--|
| | | <p>saatnya kita mengakhiri konseling ini, bagaimana menurut anda?</p> <p>Klien “K”: Iya, saya rasa juga demikian</p> <p>Konselor : Jika suatu saat anda masih membutuhkan bantuan saya, anda bisa langsung hubungi saya</p> <p>Klien “K”: Iya baiklah, terimakasih kalau begitu</p> <p>Konselor : Saya juga mengucapkan terimakasih kepada anda</p> |
| 3 | | <p>Kesimpulan</p> <p>Pada mulanya gangguan stres pasca trauma yang dialami klien “K” sangat mengganggu pribadinya, dilihat dari ia yang mudah marah, cemas, paranoid, atau dari kegiatan sehari-harinya seperti belajar, dan bepergian sendirian. Setelah menjalani proses konseling klien “K” merasa lebih baik, sudah bisa menenangkan diri, dan berani bepergian sendirian walaupun masih sangat waspada dengan lingkungan sekitar.</p> |

5. Evaluasi dan Follow up

Setelah menjalani proses bimbingan dan konseling Islam klien “K” mengalami perubahan seperti, ingatan mengenai kejadian traumatis (*flashback*) sudah jarang muncul, tidak lagi bermimpi buruk, berhenti menyalahkan diri sendiri, turut aktif dalam bersosialisasi, perilaku menghindar sudah berkurang, dan tidak mudah marah.

D. Analisis Data Penelitian

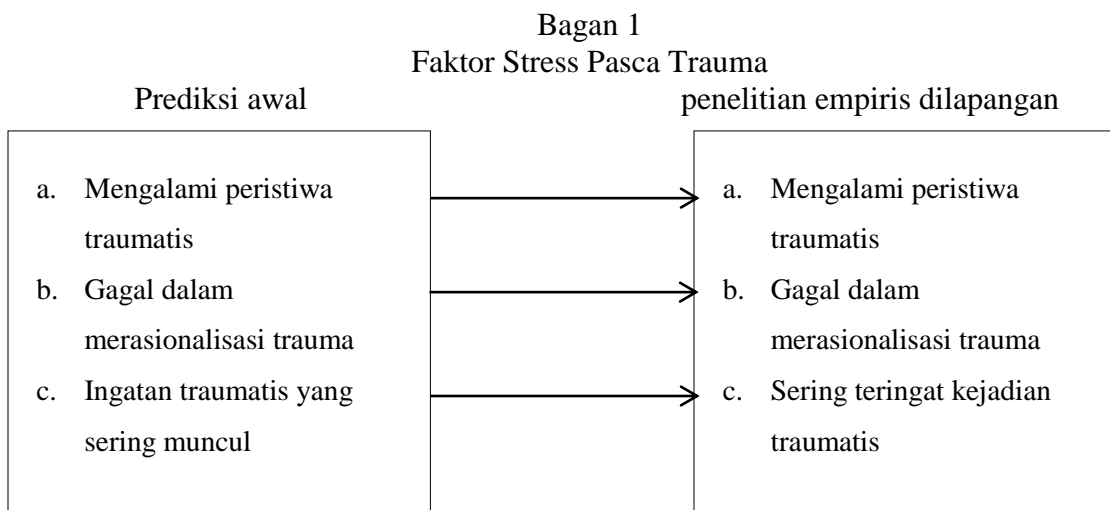
1. Penjodohan Pola

Penjodohan pola merupakan strategi yang sering digunakan dalam penelitian studi kasus. Penjodohan pola adalah membandingkan pola yang didasarkan atas empiris

dengan pola yang diprediksikan (atau dengan beberapa prediksi alternative) jika kedua pola ini persamaan, hasilnya dapat menguatkan validitas internal study kasus yang bersangkutan.

a. Faktor Stress Pasca Trauma pada klien “K”

Pada penelitian ini peneliti sudah membuat tabel prediksi awal tentang faktor penyebab klien “K” mengalami stress pasca trauma akibat pelecehan seksual yaitu sebagai berikut:

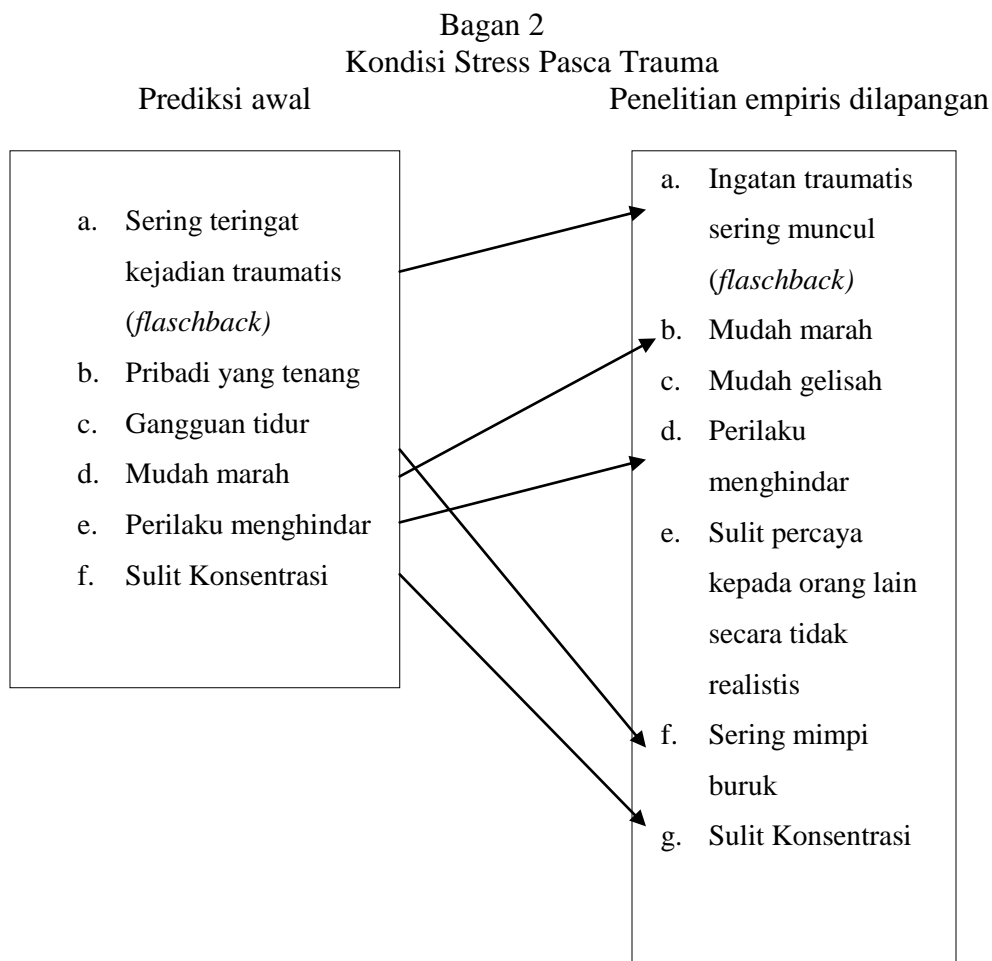


Dari hasil penjodohan pola tersebut mengenai faktor penyebab klien “K” mengalami stres pasca trauma yaitu pada prediksi awal mengalami kejadian traumatis, gagal dalam merasionalisasi trauma dan ingatan traumatis yang sering muncul berjodoh dengan penelitian empiris dilapangan.

b. Kondisi Stress Pasca Trauma pada Klien “K”

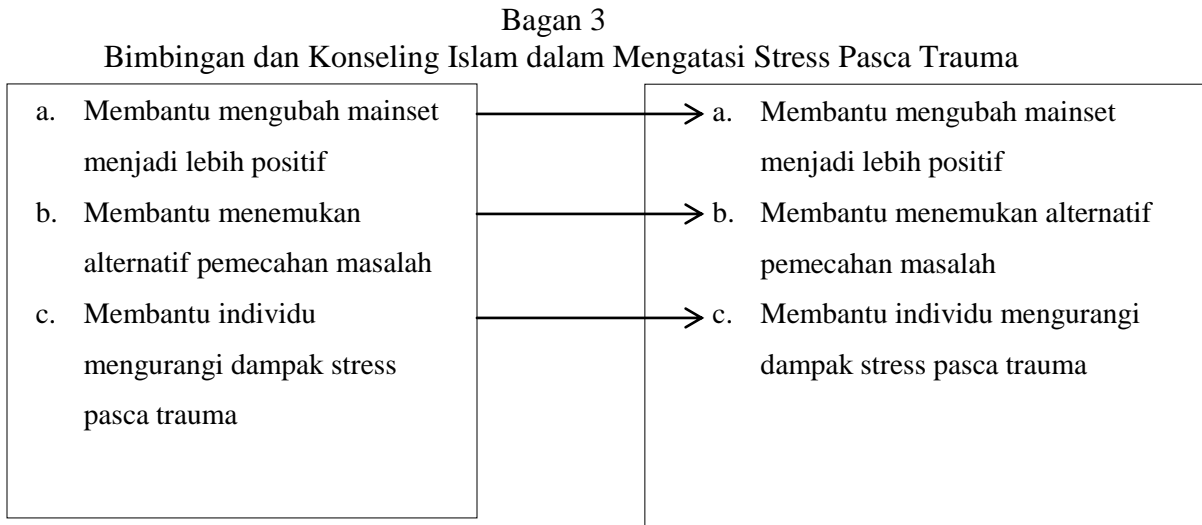
Kondisi stress pasca trauma pada klien “K” yang dimaksud disini adalah keadaan, dan permasalahan yang muncul dari stress pasca trauma yang dialaminya.

Tabel prediksi awal tentang kondisi stress pasca trauma pada klien “K” dapat dilihat sebagai berikut:



Dari hasil penjodohan pola kondisi klien “K” yang mengalami stres pasca trauma yaitu pada prediksi awal sering teringat kejadian traumatis, gangguan tidur, mudah marah, sulit konsentrasi, dan perilaku menghindar berjodoh dengan penelitian empiris dilapangan. Sedangkan pribadi yang tenang tidak berjodoh dengan penelitian di lapangan.

c. Bimbingan dan Konseling Islam dalam mengatasi Stress pasca Trauma pada Klien “K”



Dari penjadohan pola diatas mengenai bimbingan dan konseling Islam sebagai salah satu alternatif untuk mengatasi stress pasca trauma pada klien “K” antara prediksi awal dengan penelitian empiris itu sama-sama berjodoh.

2. Eksplanasi

Faktor penyebab dari stress pasca trauma pada klien “K” sendiri adalah terjadinya pelecehan seksual yang ber-ulang, dan faktor kognitif berupa tidak mampu merasionalisasi trauma, pola pikir yang negatif menyalahkan diri sendiri atas kejadian pelecehan seksual yang menyimpannya. Sebagaimana yang ia sampaikan “Rasa kecewa dan bersalah mengapa sampai melakukan itu ke saya. saya malu dan merasa kalau saya sudah tidak suci lagi, saya takut nanti tidak ada pria yang mau menikahi saya”.

Dampak stress pasca trauma pada klien “K” ialah terganggunya aktivitas sehari-hari, seperti bepergian sendiri untuk urusannya, sulit berkonsentrasi, gangguan tidur, menurunnya aktifitas positif diluar rumah, mudah marah, mudah gelisah, dan sulit percaya kepada orang lain secara tidak realistis,

Gangguan stress pasca trauma pada klien “K” perlu tindak lanjut atau penyelesaian, dengan menimbang berbagai faktor seperti latar belakang dan lingkungan klien “K”. Peneliti memutuskan untuk menggunakan bimbingan dan konseling Islam untuk mengatasi stress pasca trauma pada klien “K”. Bimbingan dan konseling Islam dimaksudkan agar individu mampu berpikir positif/berprasangka yang positif terhadap setiap kejadian, membantu menemukan alternatif solusi, dan mengurangi dampak negatif dari gangguan stress pasca traumanya. Bimbingan dan konseling Islam disini memiliki tujuan khusus untuk memberikan pemahaman kepada klien “K” agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya menjalani kehidupan sesuai dengan ketentuan dan petunjuk-Nya sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.

3. Analisis Deret Waktu

Strategi analisis ketiga yaitu analisis deret waktu untuk mengetahui dampak stress pasca trauma klien “K” dan bagaimana bimbingan dan konseling Islam dalam mengatasi gangguan stress pasca traumanya. Peneliti membagi deret waktu beberapa bulan setelah kejadian pelecehan seksual yang dialaminya.

Tabel 2
Analisis Deret Waktu

| NO | Keterangan | 2018 – 2019 | | | | | | | |
|----|--|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| | | N O V | D E S | J A N | F E B | M A R | A P R | M E I | J U N |
| 1 | Kondisi Stress Pasca Trauma pada Klien “K” | | | | | | | | |
| | a. <i>Flashback</i> | | | | | | | | |
| | b. Mudah Gelisah | | | | | | | | |
| | c. Mimpi buruk | | | | | | | | |
| | d. Sulit konsentrasi | | | | | | | | |
| | e. Perilaku menghindar | | | | | | | | |
| | f. Mudah marah | | | | | | | | |
| | g. Sulit percaya orang lain | | | | | | | | |
| 2 | Bimbingan dan Konseling Islam dalam Mengatasi Stress Pasca Trauma pada Klien “K” | | | | | | | | |
| | a. Membantu mengubah mainset menjadi lebih positif | | | | | | | | |
| | b. Membantu menemukan alternatif pemecahan masalah | | | | | | | | |
| | c. Membantu individu mengurangi dampak stress pasca trauma | | | | | | | | |

E. Pembahasan

1. Faktor Penyebab Stress Pasca Trauma pada klien “K”

Berdasarkan hasil penelitian faktor penyebab stress pasca trauma pada klien “K” dikarenakan pelecehan seksual yang terjadi berulang kali sebagaimana yang dikatakan Ni Made Aprilia “jika terjadi trauma lagi hal itu dapat menimbulkan bangkitan ingatan trauma sebelumnya.”¹⁵ Juga faktor internal yang berasal dari pikiran klien “K” sendiri berupa tidak mampu merasionalisasi trauma ia menanggapi peristiwa traumatis dengan emosi negatif yang berlebihan, dan faktor psikodinamika yaitu ingatan traumatis yang sering muncul bersamaan dengan rasa sakit yang mendalam.

2. Kondisi Stress Pasca Trauma pada klien “K”

Berdasarkan hasil penelitian gangguan stress pasca trauma pada klien “K” menyebabkan ia menjadi pribadi yang lebih mudah marah, mudah gelisah, sering mengalami mimpi buruk, sulit percaya kepada orang lain secara tidak realistis, sulit berkonsentrasi, sering mengalami *flashback*, dan perilaku menghindar. Dengan semua yang disebut diatas akibatnya kegiatan sehari-hari dari klien “K” menjadi terganggu, sebagai contoh karena perilaku menghindarnya ia tidak berani bepergian sendirian, jarang beraktifitas diluar ruangan.

¹⁵ Ni Made Apriliani Saniti. Diagnosis dan Manajemen Stress Paska Trauma pada Penderita Pelecehan Seksual, “*Jurnal Konseling*” (Denpasar: FK Universitas Udayana, 2014)

3. Bimbingan Konseling Islam dalam mengatasi Stress Pasca Trauma pada klien “K”

Berdasarkan hasil penelitian setelah dilakukan bimbingan dan konseling Islam kepada klien “K” terbukti berhasil mengurangi dampak dari stress pasca trauma yang diidapnya. Klien “K” lebih berpikir positif dari sebelumnya, jarang teringat mengenai kejadian traumatis, tidak mudah marah, tidak lagi mudah gelisah, sudah berani bepergian sendirian, tidak lagi sering bermimpi buruk, tidak lagi sering bermimpi buruk, konsentrasi membaik, sudah bisa percaya kepada orang lain, dan perilaku menghindar yang berkurang.