

Herdina Indrijati, S.Psi. 090610527M. Penerapan *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Bagi Penderita Fobia Terhadap Sentuhan Pada Korban Kekerasan Seksual Masa Anak

230 halaman, 5 lampiran

Jumlah kasus tindak kekerasan dalam rumah tangga semakin meningkat demikian juga dengan tindak kekerasan yang diterima oleh anak, terutama tindak kekerasan seksual. Kekerasan yang terjadi terhadap anak akan berdampak pada kesehatan mental anak-anak tersebut yang bisa dilihat dari kebiasaan anak menarik diri, ketakutan atau mungkin juga tingkah laku agresif, emosi yang labil, depresi, jati diri yang rendah, kecemasan, gangguan tidur, phobia, kelak bisa tumbuh menjadi penganiaya, bersifat keras, gangguan stres pasca trauma dan terlibat dalam penggunaan zat adiktif, menunjukkan tingkah laku menyakiti diri sendiri hingga bunuh diri. Dalam kasus ini, subyek yang mengalami perkosaan saat masa anak mengalami gangguan fobia terhadap sentuhan yang menghambat hubungan interpersonalnya dengan orang lain. Oleh karena itu, kajian ini ditujukan untuk melihat penerapan program terapi yang efektif untuk menghilangkan gangguan fobia pada korban tindak kekerasan seksual masa anak.

Penggalian data diperoleh melalui observasi, wawancara dan tes psikologi berupa WAIS, SSCT, Grafis. Berdasarkan hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa subyek mengalami gangguan fobia spesifik. Pelaksanaan program intervensi dilakukan sebanyak 4 sesi dimana setiap sesi telah disusun program dan target yang ingin dicapai. Intervensi yang diberikan kepada subyek adalah SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*). Pengukuran keberhasilan program dilihat melalui perubahan tingkat fobia yang telah ditetapkan sebelum pelaksanaan program.

Hasil dari penerapan program ini menunjukkan bahwa SEFT efektif untuk menghilangkan fobia subyek terhadap sentuhan. Hanya dalam satu kali sesi terapi, fobia yang dialami subyek telah berkurang cukup signifikan. Hingga sesi terakhir dari terapi SEFT ini, semakin terlihat efektifitasnya dalam menghilangkan fobia yang dialami subyek berdasarkan catatan harian yang dibuat oleh subyek serta observasi penulis selama proses terapi berlangsung. SEFT efektif menangani fobia karena SEFT mudah dalam pelaksanaannya, bisa dilakukan sendiri oleh subyek, tidak perlu bergantung kepada terapis, tidak perlu membuka dan menelusuri kembali pengalaman traumatis yang dialami sewaktu masa anak, meliputi berbagai macam bentuk terapi (multikomponen), tidak membutuhkan biaya yang mahal. Saran yang diberikan adalah subyek disarankan untuk tetap menerapkan *self* SEFT untuk mengatasi segala gangguan yang muncul fisik maupun psikologis.