

KONSELING TRAUMATIK DENGAN PENDEKATAN LOGOTERAPI (Penanganan Terhadap *Post-Traumatic Stress Disorder*(PTSD) Korban *Trafficking*)¹

Jacob Daan Engel, M.Si²

¹ Disampaikan pada International Seminar & Workshop Post-Traumatic Counseling Tanggal 6-7 Juni 2012 bertempat di STAIN Batusangkar-Indonesia.

² Dosen Fakultas Teologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga-Indonesia.

Abstract: *Traumatic counseling with logotherapy approach is a concept logotherapy is translated into the counseling process. Meaning-centered counseling is a force against post traumatic stress disorder (PTSD) being personally meaningful. PTSD as a means to train and assist victims of trafficking in achieving the meaning of suffering. It is the source of the value of understanding the suffering of the victims of trafficking are rich in meaning. The goal: (1) develop spiritual values associated with the ability of victims of trafficking adjust to the environment (2) develop self-confidence, ignore the negative things, divert and devote his attention to things that are positive and constructive meaning-oriented and a clear purpose in life (3) Develop a set of values self commitment to perform a variety of real activity in a more targeted to meet the meaning of life.*

Abstrak: Konseling traumatik dengan pendekatan logoterapi adalah suatu konsep logoterapi diterjemahkan ke dalam proses konseling. Konseling yang berpusat pada makna merupakan suatu kekuatan melawan *post traumatic stress disorder*(PTSD) menjadi pribadi yang memiliki makna. PTSD dijadikan sebagai sarana untuk melatih diri dan membantu para korban *trafficking* dalam mencapai makna atas penderitaannya. Hal tersebut menjadi sumber nilai dalam memaknai penderitaan para korban *trafficking* yang kaya makna. Tujuannya: (1) mengembangkan nilai-nilai spiritual yang berhubungan dengan kemampuan para korban *trafficking* menyesuaikan diri dengan lingkungannya (2) mengembangkan keyakinan diri, mengabaikan hal-hal yang negatif, mengalihkan dan mencurahkan perhatiannya kepada hal-hal yang positif dan konstruktif yang berorientasi pada makna dan tujuan hidup yang jelas (3) Mengembangkan seperangkat nilai keikatan diri (*self commitment*) untuk melakukan berbagai kegiatan nyata yang lebih terarah guna memenuhi makna hidupnya.

Pendahuluan

Setiap manusia diperhadapkan dengan pergeseran dan perubahan nilai dalam masyarakat. Dalam perubahan suatu masyarakat, nilai menjadi penting dalam pengambilan keputusan (Nurihsan, 2006: 2). Perkembangan ilmu pengetahuan, teknologi dan dunia industri membuat kesempatan kerja sedikit, semakin me-

ningkatnya migrasi kerja antar daerah, wilayah maupun negara dengan tawaran gaji besar, maka individu harus memilih dan mengambil keputusan.

Migrasi kerja merupakan awal maraknya praktik perdagangan manusia (*human trafficking*) terutama perempuan dan anak-anak. Keprihatinan terhadap perempuan dan anak-anak yang menjadi korban sindikat perdagangan yang

berkedok penyaluran tenaga kerja wanita dan anak-anak, sebenarnya muncul dari kebutuhan. Kebutuhan untuk mempertahankan kehidupan, kebutuhan fisiologis keluarga, kebutuhan rasa aman, rasa memiliki, cinta kasih, kehormatan, harga diri, aktualisasi diri seperti yang diungkapkan oleh Maslow (1993: v), sering membuat orang terjebak untuk melakukan apa saja, asalkan kebutuhan-kebutuhan tersebut dapat terpenuhi.

Menurut Williamson *et al.* (2010: 2), korban *trafficking* sering mengalami, menyaksikan, atau dihadapkan dengan suatu peristiwa atau kejadian yang melibatkan cedera aktual atau terancam kematian yang serius, atau ancaman terhadap integritas fisik diri sendiri atau orang lain. Tanggapan individu terhadap peristiwa ini sering melibatkan "rasa takut yang sangat, dan ketidakberdayaan, sebagai reaksi umum dari *post traumatic stress disorder* (PTSD). Sementara ada beberapa bukti yang sudah ada sebelumnya kondisi yang berkaitan dengan dukungan sosial, sejarah, pengalaman masa kecil, variabel kepribadian, dan gangguan medis menjadi faktor dalam diagnosis PTSD, paparan terhadap trauma adalah fitur yang paling penting dalam pengembangan PTSD (*American Psychiatric Association [APA], 2005: 467*). *Post traumatic stress disorder* (PTSD) adalah gangguan kecemasan terkait pengalaman, perilaku, dan respon fisiologis yang berkembang setelah individu mengalami traumatis psikologis (MediaWiki, 2012: 1).

Para korban perdagangan manusia (*human trafficking*) paling sering mendapat perlakuan kekerasan fisik dan seksual. Akibat kekerasan tersebut, para perempuan dan anak-anak sekarang merintih, meratap, menyesal terhadap kepahitan hidup serta perlakuan kekerasan yang menyebabkan mereka kehilangan makna hidup (*meaning of life*) karena semakin tinggi PTSD disertai ketakutan, kecemasan, stress dan depresi. Citra buruk tentang dirinya cenderung membuat mereka menarik diri dari masyarakat, bahkan

menyebabkan semakin tinggi angka gangguan stress pasca trauma (Pokharna, 2011).

Konseling traumatik dengan pendekatan logoterapi, diharapkan efektif dapat mengurangi PTSD korban *trafficking*. Salah satu karakteristik pendekatan logoterapi yang dikembangkan dari pemikiran Frankl (1985: 161, 162) bahwa logoterapi didasarkan pada optimisme di tengah tragedi (kepantasan hidup). Optimisme di tengah tragedi atau kepantasan untuk hidup adalah evaluasi individu terhadap hidupnya sendiri, sejauh mana merasa bahwa yang telah dilalui dalam hidupnya merupakan sesuatu yang wajar, sekaligus menjadi tolok ukur baginya tentang mengapa hidup itu layak untuk diperjuangkan. Dalam pandangan Frankl orang yang optimis, adalah orang yang tetap tegar meskipun dia mengalami "serangkaian tragedi kehidupan" Istilah yang dipakai logoterapi untuk menggambarkan hal tersebut adalah: (1) penderitaan; (2) rasa bersalah; dan (3) kematian. Lebih jauh lagi, Frankl beranggapan bahwa manusia memiliki kapasitas untuk mengubah aspek-aspek hidup yang negatif menjadi sesuatu yang positif dan konstruktif. Dengan kata lain, yang paling penting adalah memanfaatkan yang terbaik dari setiap situasi, yaitu hidup optimis. Optimisme yang dimaksudkan di sini adalah memungkinkan para korban *trafficking* untuk: (1) mengubah penderitaan menjadi keberhasilan dan sukses; (2) mengubah rasa bersalah menjadi kesempatan untuk mengubah diri sendiri ke arah yang lebih baik; dan (3) mengubah ketidakkekalan hidup menjadi dorongan untuk bertindak dengan penuh tanggung jawab.

Hidup optimis merupakan suatu daya penarik terhadap nilai-nilai para korban *trafficking* yang terpendam. Ketika nilai-nilai tersebut dapat diungkapkan dalam proses konseling maka akan muncul suatu perasaan bermakna, berguna dan berharga dari dalam diri para korban *trafficking*. Kenyataan ini telah meng-

gugah rasa kemanusiaan dari berbagai pihak untuk terus berjuang agar nilai-nilai kemanusiaan seperti keadilan, kesederajatan, persamaan hak dan hak azasi manusia bisa diwujudkan. Hal inilah yang menjadi alasan penulis untuk mengangkat topik "Konseling Traumatik dengan Pendekatan Logoterapi ((Penanganan Terhadap *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) Korban *Trafficking*)"

Faktor Penyebab PTSD Korban Trafficking

PTSD adalah penyakit emosional yang diklasifikasikan sebagai gangguan kecemasan dan biasanya berkembang sebagai hasil dari pengalaman yang sangat menakutkan, kekerasan yang mengancam nyawa, atau sebaliknya juga dapat disebabkan oleh peristiwa kehidupan yang menghancurkan (Edwards, 2012: 1). Hal tersebut dapat menjadi ancaman kematian untuk diri sendiri atau untuk orang lain, ancaman terhadap integritas fisik, seksual, atau psikologis. Para korban *trafficking* paling sering mendapat perlakuan kekerasan fisik, psikis dan seksual. Akibat kekerasan tersebut, perempuan dan anak-anak merintih, meratap, menyesal terhadap kepahitan hidup serta perlakuan kekerasan yang mereka alami (Pokharna, 2011).



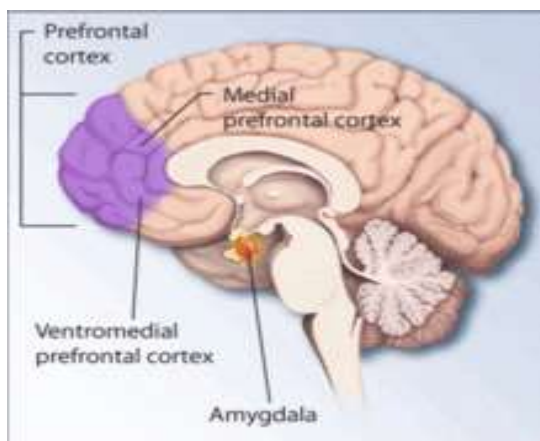
Perempuan dan anak-anak mudah mengalami kekerasan fisik, psikis dan seksual dengan tujuan eksploitasi seksual terutama untuk prostitusi (Tiurkanova, 2006). Eksploitasi seksual dari korban *trafficking*, mendatangkan keuntungan yang tinggi, perdagangan yang beresiko

rendah bagi orang-orang yang ada dalam jaringan tersebut, tetapi merugikan perempuan dan anak-anak yang menjadi target perbudakan seksual dengan modus operandi industri seks global (Phinney, 2001). Kekerasan fisik, psikis dan eksploitasi seksual telah menyebabkan para korban *trafficking* mengalami PTSD. Gejala diagnostik untuk PTSD korban *trafficking* termasuk kembali mengalami trauma terdahulu melalui kilas balik atau mimpi buruk, menghindari rangsangan yang berhubungan dengan trauma, dan meningkatkan gairah seperti kesulitan tidur, marah, dan *hypervigilance* (Media Wiki, 2012: 1). Gejala-gejala tersebut dapat terjadi pada korban *trafficking* karena dipengaruhi oleh tiga faktor penyebab yaitu: (1) faktor psikologi dan kesehatan mental (2) faktor sosial (3) faktor kesehatan fisik (Instructions, 2011).

1) Faktor Psikologi dan Kesehatan Mental serta Gejalanya

Faktor psikologi dan kesehatan mental yang dimaksudkan disini adalah reaksi terhadap cedera aktual yang mengakibatkan korban *trafficking* mengalami rasa takut yang sangat, dan ketidakberdayaan, sbg reaksi umum dari *post traumatic stress disorder* (Williamson *et al.* 2010: 2). Peristiwa yang dialami mungkin bencana alam, serangan pribadi kekerasan fisik, psikis dan seksual, perang, kecelakaan mobil yang hebat, atau diagnosis suatu kondisi yang mengancam jiwa. Untuk anak-anak, pengalaman kekerasan seksual dapat dianggap sebagai peristiwa traumatis, meskipun mungkin tidak benar-benar terlibat kekerasan atau cedera fisik. Individu awalnya merespon dengan rasa takut yang sangat, ketidakberdayaan, menghasilkan gejala pada distress klinis signifikan atau gangguan fungsional (Gore, 2012: 1). Memiliki riwayat trauma dapat meningkatkan resiko PTSD setelah peristiwa traumatis terakhir,

dengan gejala-gejala seperti *flashback* berupa kenangan atau mengenang preseden buruk tampaknya terjadi lagi dan lagi sehingga berulang mimpi buruk; *penghindaran* berupa emosional "mati rasa", atau merasa seolah-olah dirinya tidak peduli tentang apa pun yang terjadi, tidak mampu mengingat aspek penting dari trauma, kurangnya minat dalam kegiatan normal, menampilkan suasana hati murung, menghindari tempat, orang, atau pikiran yang mengingatkan preseden buruk, merasa seperti punya masa depan; *gairah yang meningkat* berupa kesulitan berkonsentrasi, memiliki respon berlebihan terhadap hal-hal yang mengejutkan, merasa lebih sadar (*hypervigilance*) (Vorvick dan Zieve, 2012: 1, 2).



Daerah otak yang terkait dengan stres dan gangguan stres pasca trauma yaitu *prefrontal cortex*, *amygdala*, dan *hippocampus*. *Amygdala* mempunyai peranan penting dalam pembentukan ingatan emosional, terutama ketakutan terkait kenangan (MediaWiki, 2012: 4). Edwards (2012: 3) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa orang yang telah terkena stresor ekstrem terkadang memiliki *hippocampus* lebih kecil (suatu wilayah otak yang berperan dalam memori) daripada orang yang belum terkena trauma. *Hippocampus* adalah bagian dari otak yang diduga memiliki peran penting dalam mengembangkan kenangan baru tentang peristiwa kehidupan. Efek trauma

secara umum dan dampak PTSD, tampaknya memiliki risiko lebih tinggi untuk penggunaan rokok, alkohol, dan ganja.

Menurut Gore (2012: 2) korban *trafficking* dengan PTSD dapat memiliki peningkatan risiko perilaku impulsif, bunuh diri, dan pembunuhan. Korban kekerasan seksual beresiko sangat tinggi untuk mengembangkan masalah kesehatan mental dan bunuh diri. Kadang-kadang para korban mencoba mengobati diri sendiri dari stres dengan obat-obatan terlarang, yang mengarah kepada penyalahgunaan zat. Pengalaman traumatis dan ketakutan dialami korban *trafficking* sejak awal mereka ditangkap secara paksa, mengalami penyekapan di daerah transit sebelum dikirim ke tempat tujuan untuk dijual dan di eksploitasi. Setelah kedatangan ke tujuan mereka, banyak korban *trafficking* telah terisolasi secara sosial, yang diselenggarakan dalam kurungan, dan kekurangan makanan. Semua milik pribadi dilucuti dari mereka, surat identitas, paspor, visa, dan dokumen lainnya (Instructions, 2011). Korban mengalami banyak gejala psikologis yang dihasilkan dari kekerasan mental sehari-hari dan penyiksaan. Ini termasuk depresi, stres yang berhubungan dengan gangguan, disorientasi, kebingungan, fobia, dan ketakutan. Korban shock, mengalami penolakan, ketidakpercayaan, tentang situasi mereka saat itu, perasaan tidak berdaya dan malu (Stotts & Ramey, 2009). Rasa takut yang terus-menerus untuk keamanan pribadi mereka dan keselamatan keluarga mereka, ancaman deportasi akhirnya berkembang menjadi rasa kehilangan dan tidak berdaya. Hal ini tidak mengherankan bahwa depresi, kecemasan, dan *post traumatic stress disorder* (PTSD) adalah gejala yang umum dialami oleh para korban *trafficking*.

Banyak korban memiliki trauma psikologis yang sangat berat. Para korban perdagangan seringkali mengalami kondisi yang kejam yang mengakibatkan

trauma fisik, seksual dan psikologis. Kegelisahan, insomnia, depresi dan penyakit pasca traumatis stres adalah wujud psikologis umum di antara para korban. Para korban *trafficking* seringkali kehilangan kesempatan penting untuk mengalami perkembangan sosial, moral, dan spiritual. Hilang harapan tanpa tujuan hidup yang jelas, suram dan gelap masa depan. Mereka kehilangan makna hidup, karena merasa tidak berharga dan tidak punya arti apa-apa lagi (Lapian & Geru, 2010). Hal ini disebabkan penghayatan hidup yang hampa dan tak bermakna yang berlarut-larut tidak teratasi.

2). Faktor Sosial dan Gejalanya

Secara sosial para korban *trafficking* mengalami PTSD, karena sejak awal direkrut, diangkut atau ditangkap oleh jaringan *trafficker* mereka sudah disekap, diisolir agar tidak berhubungan dengan dunia luar atau siapapun sampai mereka tiba ditempat tujuan. Eksploitasi seksual yang di alami para korban ditempat pekerjaan, membatasi mereka untuk bertemu dengan orang lain (Instructions, 2011), kecuali harus melayani nafsu bejat para tamu (“lelaki hidung belang”). Para korban semestinya memandang dunia dan masa depan dengan mata bersinar, hidup aman tenang bersama perlindungan dan kasih sayang keluarganya, tiba-tiba harus tercabut masuk ke dalam situasi yang eksploitatif dan kejam, menjadi korban sindikat *trafficking*.

Konsekuensi sosial sebagai salah satu faktor penyebab PTSD, banyak dialami oleh korban *trafficking* sebagai strategi untuk perbudakan dan eksploitasi seksual. Sementara diperbudak, para korban terutama anak-anak biasanya kehilangan kesempatan pendidikan dan sosialisasi dengan teman sebayanya (Stotts & Ramey, 2009). Karena perdagangan manusia tampaknya mengorbankan seluruh masyarakat, anak dan wanita, isolasi sosial merupakan upaya untuk mencegah mereka mendapatkan pendidikan dan

meningkatkan kerentanan masa depan mereka untuk diperdagangkan.

Menurut Chatterjee et al (Wickham, 2009), persoalan sosial yang sangat tragis dan semakin meningkatkan PTSD para korban *trafficking* adalah ketika keluarga dan masyarakat menolak untuk menerima mereka kembali. Selain itu, para pria sering melihat perempuan korban *trafficking* sebagai orang yang kotor, telah ternodai dan karena itu menolak untuk menikahi mereka. Diskriminasi terhadap para korban *trafficking* khususnya kaum perempuan terjadi dalam berbagai sektor dan berbagai bentuk. Kenyataan ini telah menggugah rasa kemanusiaan dari berbagai pihak untuk terus berjuang agar nilai-nilai kemanusiaan seperti keadilan, kesederajatan, bisa diwujudkan. Jadi faktor sosial yang dimaksudkan disini adalah isolasi sosial, penolakan dari keluarga dan masyarakat mengakibatkan PTSD korban *trafficking* semakin tinggi.

3). Faktor Kesehatan Fisik dan Gejalanya

Secara fisik para korban *trafficking* dengan PTSD, seringkali terpaksa harus tinggal di lingkungan yang tidak manusiawi dan bekerja dalam kondisi berbahaya. Mereka tidak memiliki gaji yang cukup dan dikenakan penyiksaan secara brutal pada fisik dan psikis, apabila mereka tidak memberikan pelayanan seksual yang diinginkan pelanggan (“lelaki hidung belang”) atau karena penolakan para korban terhadap eksploitasi seksual. Korban sering tidak memiliki akses ke perawatan medis yang memadai dan tinggal di lingkungan yang tidak layak (Stotts & Ramey, 2009). Perawatan kesehatan dan pencegahan penyakit seksual menular terhadap para korban hampir tidak ada, dan kesehatan biasanya diabaikan sampai mereka semakin terpuruk menderita penyakit HIV/AIDS, sipilis, gonorea dan penyakit seksual menular lainnya.

Para korban *trafficking* dirugikan dengan berbagai metode yang digunakan *traffickers* untuk "kondisi" mereka, termasuk pemerkosaan, pemerkosaan geng, ancaman untuk menyakitkan korban atau keluarga korban, kronis padapendengaran, dan kardiovaskular atau masalah pernapasan yang disebabkan oleh penyiksaan, trans-seksual dan memaksa penggunaan narkoba. Luka fisik termasuk hal-hal seperti patahtulang, gegar otak, luka bakar, dan vagina atau dubur robek. Kehamilan korban yang tidak diinginkan akibat pemerkosaan atau prostitusi. *Infertility* sebagai akibat infeksi kronis menular seksual yang tidak diobati atau gagal atau melakukan aborsi tradisional bukan oleh para medis dan tanpa perawatan medis. Belum lagi penyakit yang tidak terdeteksi atau tidak diobati, seperti diabetes atau kanker, sebagai ancaman masa depan para korban (Stotts & Ramey, 2009). Penyalahgunaan zat (obat-obatan terlarang) sebagai sarana untuk mengatasi situasi depresi korban sekaligus sebagai strategi *traffickers* menundukkan korban untuk melakukan eksploitasi seksual. Jadi faktor kesehatan fisik yang dimaksudkan disini adalah cedera aktual & ancaman terhadap integritas diri para korban yg mengalami kekerasan fisik & seksual. Penderitaan secara fisik yang dialami para korban *trafficking*, membuat PTSD semakin tinggi, mengakibatkan citra diri negatif, konsep diri para korban semakin terpuruk, kehilangan makna hidup, harkat dan martabat para korban menjadi hancur. Para korban kehilangan rasa hormat dan penghargaan dari orang lain maupun kehilangan kebutuhan untuk menghormati diri sendiri.

Pendekatan logoterapi

Pendekatan logoterapi dipergunakan dalam kajian masalah PTSD korban *trafficking*, karena masalah dasar yang muncul dari dalam diri korban *trafficking*, dapat terjadi sebagai akibat ketidak-

mampuannya secara spiritual mengatasi kondisi fisik dan psikisnya. Bertolak dari pengalamannya di Kam Konsentrasi, Viktor Frankl yang mengembangkan teknik logoterapi memahami manusia dari aspek spiritual yang menyatakan keinginan untuk bermakna dalam mencapai makna hidup (Frankl, 1985). Logoterapi sesuai dengan makna logos yang berarti *spirituality* (kerohanian) dan *meaning* (makna) mengakui "adanya" dimensi kerohanian, disamping dimensi ragawi dan kejiwaan serta meyakini bahwa kehendak untuk hidup bermakna (*the will to meaning*) merupakan motivasi utama setiap manusia. Hal inilah yang menjadi karakteristik dalam konseling logoterapi yang berfokus pada makna dan konseptualisasi manusia sebagai makhluk bio-psiko-sosial-spiritual.

Bertolak dari pemahaman di atas, pendekatan logoterapi memiliki beberapa karakteristik makna untuk mencapai kehidupan yang berarti dan berharga;

(1) Pendekatan logoterapi didasarkan pada makna hidup (*meaning of life*). Makna hidup adalah segala sesuatu yang dianggap penting dan berharga bagi kehidupan individu, memberi nilai yang spesifik, serta dapat dijadikan sebagai tujuan hidup bagi individu tersebut (Frankl, 1985).. Hal tersebut menunjukkan bahwa korban *trafficking* yang mengalami PTSD mempunyai tujuan, untuk menyadari dan memahami makna kehidupan dibalik masalah gangguan stress yang dialaminya. Gangguan stress disini adalah reaksi terhadap cedera aktual yang mengakibatkan korban *trafficking* mengalami rasa takut yang sangat, dan ketidakberdayaan. Baik secara material maupun spiritual para korban *trafficking* berjuang untuk tujuan tersebut dengan jalannya masing-masing, karena hasrat manusia yang paling dalam bukan mencari kenyamanan tetapi pemaknaan atas kehidupan.

(2) Pendekatan logoterapi memiliki sumber makna yang mengacu pada ragam nilai manusiawi. Frankl (2003) mengungkapkan ada tiga ragam nilai yang dapat menjadi sumber makna hidup yaitu: (a) **Creative Values** (nilai kreatif) yang meliputi kerja, karya, mencipta. Nilai ini lebih menunjukkan bagaimana para korban *trafficking* yang mengalami PTSD tetap harus berkarya dan dalam karya itu menjelaskan tentang kualitas kerja yaitu cara menghargai, menghormati dan bertanggungjawab sebarangpun hasil yang diperoleh. Makna hidup dapat dirasakan korban *trafficking* jika proses-proses tersebut dijalankan dengan baik dan sistematis. (b) **Experiential Values** (nilai penghayatan) yang meliputi kebenaran, keindahan, kasih dan iman. Apapun yang bisa dilakukan para korban *trafficking* yang mengalami PTSD berusaha untuk menemukan kebenaran, keindahan dan cinta, karena nilai-nilai tersebut dapat memberikan makna sebanyak nilai-nilai daya cipta. Frankl menyebutnya sebagai spiritualitas yang terintegrasi maksudnya penyatuan aspek-aspek itu, membentuk keseimbangan pribadi secara total dan pada tingkat ini korban *trafficking* dapat mencapai kepuasan yang memberi makna bagi kehidupannya. (c) **Attitudinal Values** (nilai sikap) yang meliputi penerimaan dalam mengambil sikap yang tepat terhadap derita yang tidak dapat dihindari. Korban *trafficking* mengalami banyak gejala psikologis yang dihasilkan dari kekerasan mental sehari-hari dan penyiksaan, sebagai reaksi dari PTSD. Situasi-situasi buruk dari PTSD memberikan keputusasaan dan tanpa harapan dapat memberikan kesempatan yang sangat besar bagi para korban *trafficking* menemukan makna hidupnya, jika mereka dapat menerima dengan penuh ketabahan, kesabaran dan keberanian segala bentuk penderitaan. Hidup tetap berpotensi untuk memiliki makna dalam kondisi apa pun, bahkan dalam kondisi

yang paling menyedihkan, karena para korban *trafficking* memiliki kapasitas untuk mengubah aspek-aspek hidup yang negatif menjadi sesuatu yang positif atau konstruktif. Dengan kata lain, yang paling penting adalah memanfaatkan yang terbaik dari setiap situasi, maka nilai-nilai yang dianut oleh para korban *trafficking* akan tetap melekat bersamanya.

(3) Pendekatan logoterapi mencirikan kebebasan bertanggungjawab. Kebebasan adalah bagaimana individu merasa mampu untuk mengendalikan kebebasan hidupnya secara bertanggung jawab. Kekerasan fisik, psikis dan eksploitasi seksual telah menyebabkan para korban *trafficking* mengalami PTSD. Gangguan stress pasca trauma (PTSD) tidak dapat menghalangi korban *trafficking* menemukan makna hidup apabila para korban secara bertanggung jawab memilih bagaimana hidup dan bertingkah laku yang sehat secara psikologis. Secara psikologis korban *trafficking* yang menyadari sepenuhnya beban dan tanggung jawab yang harus mereka pikul dalam setiap fase kehidupannya, akan menggunakan waktu yang mereka miliki dengan bijaksana agar hidup dapat berkembang ke arah yang lebih baik. Kehidupan yang penuh arti sangat ditentukan oleh kualitasnya, bukan berapa lama atau berapa panjang usia hidup (Fitria, 2011).

(4) Pendekatan logoterapi suatu solusi menyikapi kematian. Sikap terhadap kematian adalah persepsi tentang kesiapan individu terhadap kematian yang pasti dihadapi oleh setiap manusia. Korban *trafficking* yang mengalami PTSD adalah penyakit emosional yang diklasifikasikan sebagai gangguan kecemasan dan biasanya berkembang sebagai hasil dari pengalaman yang sangat menakutkan, kekerasan yang mengancam nyawa (kematian). Peristiwa yang dialami mungkin bencana alam, serangan pribadi kekerasan fisik, psikis dan seksual, perang, kecelakaan mobil yang hebat, atau diagnosis suatu

kondisi yang mengancam jiwa. Korban *trafficking* dapat kehilangan segala sesuatu yang diharganya kecuali kebebasan, yaitu kebebasan untuk memilih atau kemauan akan makna kehidupan (Frankl, 1985). Pendekatan logoterapi dapat mengubah ketidakkekalan hidup (kematian) menjadi dorongan untuk bertindak dengan penuh tanggung jawab.

(5) Pendekatan logoterapi suatu solusi menyikapi pikiran bunuh diri. Pikiran tentang bunuh diri adalah persepsi tentang jalan keluar dalam menghadapi masalah hidup bahwa bunuh diri bukan merupakan solusi. Korban *trafficking* dengan PTSD dapat memiliki peningkatan risiko perilaku impulsif, bunuh diri, dan pembunuhan. Korban kekerasan seksual berisiko sangat tinggi untuk mengembangkan masalah kesehatan mental dan bunuh diri. Dalam pemahaman Frankl (1985), penderitaan dan kematiannya sangat bermakna; pengorbanannya memiliki makna yang sangat dalam. Bagi Frankl, dia tidak mau mati sia-sia dengan bunuh diri. Tidak satu pun dari mereka yang menginginkannya. Hal itu bertujuan untuk menemukan makna penuh dari hidup mereka, pada saat itu juga, dan di tempat itu juga, di gubuk mereka dan di dalam situasi yang praktis tidak memberi harapan untuk mereka.

(6) Pendekatan logoterapi didasarkan pada optimisme di tengah tragedi (kepantasan hidup). Optimisme di tengah tragedi atau kepantasan untuk hidup adalah evaluasi individu terhadap hidupnya sendiri, sejauh mana ia merasa bahwa apa yang telah ia lalui dalam hidupnya merupakan sesuatu yang wajar, sekaligus menjadi tolok ukur baginya tentang mengapa hidup itu layak untuk diperjuangkan. Gejala diagnostik untuk PTSD korban *trafficking* termasuk kembali mengalami trauma terdahulu melalui kilas balik atau mimpi buruk, menghindari rangsangan yang berhubungan dengan trauma, dan meningkatkan gairah seperti

kesulitan tidur, marah, dan *hypervigilance*. Hidup optimis merupakan suatu daya penarik terhadap nilai-nilai para korban *trafficking* yang terpendam. Ketika nilai-nilai tersebut dapat diungkapkan dalam proses konseling maka akan muncul suatu perasaan bermakna, berguna dan berharga dari dalam diri para korban *trafficking*. Kenyataan ini telah menggugah rasa kemanusiaan dari berbagai pihak untuk terus berjuang agar nilai-nilai kemanusiaan seperti keadilan, kesederajatan, persamaan hak dan hak azasi manusia bisa diwujudkan.

Penanganan Terhadap PTSD Korban Trafficking

Manusia memiliki hasrat untuk mencari makna hidup, bila seseorang berhasil menemukan makna hidupnya maka hidupnya bahagia demikian sebaliknya bila tidak menemukannya maka hidupnya hampa. Menurut Frankl (1985: 121, 122) kehilangan makna hidup, banyak dialami orang-orang yang hidup dalam dunia modern saat ini. Kebanyakan mereka mengalami nilai-nilai hidup semu karena konflik batin, salah satu yang sering dialami mereka adalah kekerasan fisik, psikis dan seksual. Menurut Frankl nilai-nilai semu itu harus diatasi untuk menghentikannya, setelah mereka menemukan sesuatu yang otentik dan asli dari dalam dirinya, yaitu keinginan untuk menjalani hidup yang sedapat mungkin memiliki makna.

Korban *trafficking* mengalami banyak gejala psikologis yang dihasilkan dari kekerasan fisik, psikis dan seksual sehari-hari dan penyiksaan. Ini termasuk depresi, stres yang berhubungan dengan gangguan, disorientasi, kebingungan, fobia, dan ketakutan. Korban shock, mengalami penolakan, ketidakpercayaan, tentang situasi mereka saat itu, perasaan tidak berdaya dan malu (Stotts & Ramey, 2009). Rasa takut yang terus-menerus untuk keamanan pribadi mereka dan keselamatan keluarga

mereka, ancaman deportasi akhirnya berkembang menjadi rasa kehilangan dan tidak berdaya. Dalam pandangan Frankl (1985) permasalahan para korban *trafficking* bukan pada gejala tetapi pada sindroma ketidakbermaknaan yaitu 1) **Frustasi eksistensial** (*existential frustration*) atau disebut juga dengan kehampaan eksistensial (*existential vacuum*) yaitu fenomena umum yang berkaitan dengan keterhambatan atau kegagalan individu dalam memenuhi keinginan akan makna 2) **Neurosis noogenik** (*noogenic neuroses*), yaitu suatu manifestasi khusus dari frustrasi eksistensial yang ditandai dengan simptomatologi neurotik klinis tertentu yang tampak.

Menurut Frankl (1985) bahwa **intensi paradoksikal** (*paradoxical intention*) digunakan sebagai teknik untuk melakukan konfrontasi terhadap frustrasi eksistensial dan neurosis noogenik para korban *trafficking*. Intensi paradoksikal pada dasarnya memanfaatkan kemampuan mengambil jarak (*self-detachment*) dan kemampuan mengambil sikap terhadap kondisi yang dialami para korban *trafficking* dan lingkungannya (Frankl Institute, 2011). Teknik tersebut bertujuan mengembangkan nilai-nilai spiritual yang berhubungan dengan kemampuan para korban *trafficking* menyesuaikan diri dengan lingkungannya, sehingga tujuan yang ingin dicapai, agar korban *trafficking* berpikir realistis bahwa trauma adalah bagian dari kehidupan, memperoleh pemahaman tentang peristiwa dan situasi yang menimbulkan trauma, memahami dan menerima perasaan yang berhubungan dengan trauma serta tampil dalam mengatasi trauma (Muro dan Kottman, 1995). Dengan teknik ini, konselor memfasilitasi dan memotivasi korban *trafficking* mengembalikan kesadaran akan kemampuan dirinya dalam hubungan dengan lingkungan, sehingga merasa hidupnya sangat berarti dan bermakna setelah sembuh dari trauma. Untuk mencapai tujuan tersebut para korban *trafficking* juga dilibatkan dalam kegiatan-kegiatan yang

positif dalam rangka mengubah perilaku dan meningkatkan kualitas hidup positif. Terlibat dalam perilaku yang bermanfaat, bertujuan untuk mengembangkan kemampuannya menyesuaikan diri dengan lingkungan dan kemungkinan untuk mengembangkan pola hidup sehat. Pola hidup sehat bertujuan mengembangkan kehidupan yang realistis, fleksibel, mudah beradaptasi, dan memungkinkan para korban untuk berfungsi secara sehat dan aman.

Teknik yang kedua yang dikembangkan Frankl (1985) adalah melakukan **derefleksi** (*de-reflection*) sebagai kunci untuk meningkatkan keyakinan diri para korban *trafficking*. Derefleksi adalah teknik untuk mengabaikan gejala-gejala trauma dan gangguan stress pasca trauma (PTSD) yang dialaminya seperti, stres yang berhubungan dengan kekerasan fisik, psikis dan seksual, menarik diri dari orang, tempat dan suasana yang berhubungan dengan preseden buruk yang dialaminya, penyalahgunaan zat (obat-obatan terlarang), hiperseksualitas, juga stres yang berhubungan dengan gangguan, disorientasi, kebingungan, fobia, dan ketakutan. Dengan *de-reflection*, para korban *trafficking* memanfaatkan kemampuan transendensi diri (*self-transcendence*) yang dimilikinya. Teknik ini bertujuan untuk mengembangkan keyakinan diri, karena para korban *trafficking* memiliki kemampuan untuk membebaskan diri dan tidak lagi memperhatikan kondisi yang tidak nyaman, tetapi mampu mengalihkan dan mencurahkan perhatiannya kepada hal-hal yang positif dan bermanfaat (Frankl Institute, 2011). Para korban pertama-tama dibantu untuk menyadari kemampuan atau potensinya yang tidak digunakan atau terlupakan. Ini merupakan suatu jenis daya penarik terhadap nilai-nilai para korban yang terpendam. Ketika nilai-nilai tersebut dapat diungkapkan dalam proses konseling maka akan muncul suatu perasaan unik, berguna dan berharga dari dalam diri para korban, sebagai upaya penemuan makna dan

tujuan hidup serta pemulihan atas diri korban *trafficking* dari PTSD. Dengan teknik ini, seorang konselor harus trampil dalam memiliki pandangan yang realistis untuk memahami kelemahan dan kelebihannya dalam membantu korban *trafficking* yang mengalami trauma; memiliki orientasi yang holistik untuk menerima bantuan dari berbagai pihak demi kesembuhan para korban; memiliki keseimbangan antara empati dan ketegasan yaitu merasakan apa yang dirasakan korban dan mengarahkan kepada korban melakukan sesuatu (Nurihsan, 2005). Hal tersebut menjadi penting bagi para korban *trafficking* yang mengalami trauma di masa lalu. Mengcounter, mengkonfrontasi dan mengabaikan semua pesan dan tindakan negatif dengan melakukan hal-hal yang membuktikan bahwa para korban bernilai dan bermakna (Frankl Institute, 2011). Melakukan hal-hal yang dapat dinikmatinya, seperti olahraga jogging, fitness, bersepeda kuda, sepatu roda, apapun pilihan (*preference*) para korban. Sewaktu memulai melakukan hal-hal seperti ini, mungkin sulit. Lakukan yang terbaik untuk tetap melakukannya. Para korban layak diperlakukan dengan baik, dan kemudian memperlakukan diri dengan baik. Bahkan jika tidak percaya pada awalnya, dari waktu ke waktu, jangan mencoba untuk membangun kembali keyakinan dirinya. Beritahu teman terdekat atau konselor, dan meminta mereka untuk membantunya. Penguatan positif akan didapatkan dari mereka dan bisa sangat menguntungkan karena mengakui bahwa para korban *trafficking* layak mendapatkan bantuan (LLC, 2006).

Homeier (2006) merumuskan beberapa pola hidup sehat yang membantu korban *trafficking* untuk mengembangkan keyakinan diri para korban perdagangan manusia sebagai berikut: (1) Berusaha untuk berhenti berpikir negatif tentang dirinya sendiri. Jika seseorang terbiasa fokus pada kekurangannya, mulailah berpikir tentang hal-hal yang positif tentang dirinya. Setiap hari tuliskan tiga

hal tentang dirinya, yang membuatnya bahagia. (2) Mencoba mencapai prestasi dari pada kesempurnaan. Berpikirlah tentang apa yang menurutmu baik, yang menyenangkan dan nikmatinya. (3) Memandang kesalahan sebagai kesempatan belajar. Menerima bahwa setiap orang tidak lepas dari kesalahan, dan kesalahan adalah bagian dari proses belajar. Mengingat bahwa talenta setiap orang secara konstan berkembang dan setiap orang unggul pada berbagai hal yang berbeda. Hal itu yang membuat orang-orang tertarik. (4) Mencoba berbagai hal yang baru. Melakukan eksperimen dengan aktifitas berbeda yang akan membantu seseorang mendapatkan ketrampilan (kemahiran) dengan talentanya itu untuk berkembang. (5) Mengakui terhadap apa yang dapat berubah maupun yang tidak dapat berubah pada diri seseorang. Jika seseorang menyadari bahwa ia tidak bahagia dengan sesuatu, mulailah hari ini berpikir tentang dirinya bahwa ia dapat bahagia (dapat berubah). (6) Menetapkan tujuan. Berpikir tentang yang dapat diselesaikan, kemudian membuat suatu rencana bagaimana mengerjakannya. (7) Membuat dirinya bangga dengan ide dan pendapatnya. Jangan takut untuk menyuarakannya. (8) Mencari dan menemukan makna dan tujuan hidup dalam kebersamaan dengan orang lain. Menghabiskan waktu dengan orang yang disayangi dan melakukan hal-hal yang disukai. Bersantai dan memiliki waktu yang baik untuk menikmati hidup apa adanya yang berorientasi makna. (9) Berhenti membandingkan dirinya dengan orang lain, yakinlah bahwa dirinya berharga dalam pandangan orang lain. Upaya-upaya tersebut bertujuan mengidentifikasi pola hidup tidak sehat yang berkontribusi terhadap PTSD, agar para korban *trafficking* menemukan tujuan dan makna hidupnya, serta pemulihan atas diri korban *trafficking* dari PTSD.

Makna hidup adalah hal-hal yang dianggap sangat penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi

korban *trafficking* sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan (Frankl, 2004). Makna hidup terdapat dalam kehidupan para korban *trafficking* itu sendiri, dan dapat ditemukan dalam setiap keadaan, baik menyenangkan maupun tidak menyenangkan, dalam keadaan bahagia ataupun penderitaan karena kehidupan manusia di dunia tidak selamanya dipenuhi dengan kesenangan namun juga dengan penderitaan (Bastaman, 2007).

Frankl, menggambarkan suatu ‘kekosongan makna’ yang terdapat pada orang yang mengalami ‘stres eksistensial’ seperti para korban *trafficking* yang mengalami PTSD dalam hidupnya karena tidak dapat memenuhi ‘hasrat untuk hidup bermakna’ (*the will to meaning*) yang merupakan kebutuhan spiritual (Frankl, 2004). Pemaknaan hidup yang berhasil dihayati para korban *trafficking* dengan memaknai penderitaan tersebut, merupakan suatu proses pengembangan untuk memperbaiki diri. Motivasi yang dimiliki para korban *trafficking* sebagai upaya mencapai kesembuhan, diperoleh para korban dengan menyadari peran mereka semula sebagai tulang punggung keluarga, sebagai ibu dari anak-anak yang masih kecil, istri pendamping suami yang setia. Dengan menghayati peran-peran tersebut, ada nilai yang dapat memotivasi para korban *trafficking* menemukan makna dan tujuan hidup. Dengan itu, proses pencapaian makna hidup para korban *trafficking* diperoleh melalui sumber-sumber nilai yang dihayati dalam berbagai penderitaan hidup yang pernah dialami sebelumnya.

KESIMPULAN

Berbagai penderitaan *post traumatic stress disorder* (PTSD) yang dilalui oleh para korban *trafficking* dijadikan sebagai sarana untuk melatih diri menjadi lebih kuat menghadapi penderitaan dalam hidup dan membantu para korban *trafficking* dalam mencapai makna atas penderitannya. Kesabaran dalam meningkatkan spiritualitas para korban *trafficking* di-

jadikan sumber nilai dalam memaknai penderitaan yang dialami, merupakan suatu usaha untuk mencapai makna hidup.

Dari paparan di atas, para korban *trafficking* dapat mengembangkan keinginan untuk bermakna dalam mencapai makna hidup sebagai aspek pengembangan dalam proses konseling dengan pencapaian terhadap beberapa aspek sebagai berikut:

1. Konseling traumatik dengan pendekatan logoterapi adalah konseling yang berpusat pada makna sebagai suatu kekuatan melawan *post traumatic stress disorder* (PTSD) menjadi pribadi yang memiliki makna.
2. Tujuan konseling adalah
 - a. Mengembangkan nilai-nilai spiritual yang berhubungan dengan kemampuan para korban *trafficking* menyesuaikan diri dengan lingkungannya, agar korban *trafficking* berpikir realistis bahwa *post traumatic stress disorder* (PTSD) adalah bagian dari kehidupan, memperoleh pemahaman tentang peristiwa dan situasi yang menimbulkan PTSD, memahami dan menerima perasaan yang berhubungan dengan PTSD serta tampil dalam mengatasinya.
 - b. Mengembangkan keyakinan diri, karena para korban *trafficking* memiliki kemampuan untuk membebaskan diri dan tidak lagi memperhatikan kondisi yang tidak nyaman, tetapi mampu mengalihkan dan mencurahkan perhatiannya kepada hal-hal yang positif dan konstruktif.
3. Tahapan konseling
 - a. Tahap identifikasi trauma. Para korban *trafficking* mengeksplor perlakuan kekerasan fisik, psikis dan seksual yang mereka alami. Mengeksplor riwayat trauma yang menyebabkan *post traumatic stress disorder* (PTSD) dengan ge-

jala-gejala seperti *flashback* berupa kenangan, penghindaran dan gairah yang meningkat berupa *hypervigilance*.

- b. Tahap aleanasi diri. Memanfaatkan kemampuan mengambil jarak (*self-detachment*) dan kemampuan mengambil sikap terhadap kondisi yang dialami para korban *trafficking* dan lingkungannya (FranklInstitute, 2011). Tujuannya mengembangkan nilai-nilai spiritual yang berhubungan dengan kemampuan para korban *trafficking* menyesuaikan diri dengan lingkungannya.
- c. Tahap transendensi diri. Memanfaatkan kemampuan mengabaikan *post traumatic stress disorder* (PTSD) dengan gejala-gejalanya. Tujuannya mengembangkan keyakinan diri, mengabaikan hal-hal yang negatif, mengalihkan dan mencurahkan perhatiannya kepada hal-hal yang positif dan konstruktif yang berorientasi pada makna dan tujuan hidup yang jelas. Dengan itu, pemikiran transendental digunakan untuk mengeksplor kemungkinan-kemungkinan baru untuk perubahan hidup
- d. Tahap pencarian makna. Memaknai penderitaan yang kaya makna. Frankl mengatakan, bahwa ada seseorang yang memandang kepada kita di saat-saat yang sulit ini – seorang teman, seorang suami, seorang anak, seseorang yang masih hidup atau sudah meninggal, atau Tuhan – dan orang tersebut berharap kita menjalani penderitaan dengan kebanggaan – tidak dengan cara yang menyedihkan – dan tahu, bagaimana caranya mengatasi dan menjalani hidup ini (Frankl, 1985). Ada nilai-nilai yang sangat berharga sehubungan dengan peran para korban *trafficking* se-

bagai tulang punggung keluarga, sebagai ibu yang melahirkan, merawat dan membesarkan anak-anak, istri pendamping suami yang setia dalam suka dan duka.

- e. Tahap perwujudan makna. Mengembangkan seperangkat nilai keikatan diri (*self commitment*) untuk melakukan berbagai kegiatan nyata yang lebih terarah guna memenuhi makna hidupnya. Melalui tahap ini para korban *trafficking* menyadari bahwa nilai-nilai yang mereka terapkan membawa dampak positif untuk menurunkan kecemasan dan ketakutan dari *post traumatic stress disorder* (PTSD), adanya perubahan perilaku korban *trafficking* ke arah yang lebih positif, konstruktif, sehat dan dinamik, mempunyai tujuan hidup yang jelas, sehingga terjadi *transfer of meaning* bagi hidupnya.

Datar Pustaka

- American Psychiatric Association. (2005, January). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-IV-TR (4th ed.)*. Washington, DC: Author. In Erin Williamson, Nicole M. Dutch, and Heather J. Clawson. (2010). *Evidence-Based Mental Health Treatment for Victims of Human Trafficking*. Caliber, an ICF International Company, April, 2010. [Online]. Tersedia : <http://aspe.hhs.gov/hsp/07/HumanTrafficking/MentalHealth/index.shtml>, [14 Pebruari 2012].
- Edwards, Roxanne, D. (2012). *Posttraumatic Stress Disorder*. [Online]. Tersedia: <http://www.medicinenet.com> [27 Mei 2012].

- Fitria, I. (2011). *Psikologi & Islam: Psikologikers*. [Online]. Tersedia : <http://fitria-psi.blogspot.com/feeds/posts/default?orderby=updated>. [13 Pebruari 2012].
- Frankl, V.E. 1985. *Man's Search For Meaning: Revised and Updated*. USA: Washington Square Press.
- Frankl, V. E. Institute. (2011). *Tribute To Viktor Frankl*, [Online]. Tersedia: www.durbinhypnosis.com/frankl.html [17 Pebruari2012].
- Gore, Allen. (2012). Posttraumatic Stress Disorder. [Online]. Tersedia:<http://www.enmedicin.medscape.com> [27 Mei 2012].
- Instructions, C P. (2011). *Human Trafficking and Exploitation*. [Online]. Tersedia : www.netce.com [25 Januari 2012].
- Lapian, L.M.G &Geru, H (ed). (2010). *Trafiking Perempuan dan Anak: Penanggulangan Komprehensif. Studi Kasus: Sulawesi Utara*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia. Convention Watch, Pusat Kajian Wanita dan Gender. Universitas Indonesia dan NZAID.
- LLC (Eating Disorders Venture). (2006). *Eating Disorders*, [Online]. Tersedia: www.eatingdisordershelppguide.com/self-esteem.html [18 Januari 2012].
- Phinney, A. (2001). Trafficking of Women and Children for Sexual Exploitation In The Americas: *Journal Inter American Commission of Women*.
- Maslow A. H.(1993). Motivasi dan Kepribadian 1. Sri Manajemen No. 104 A. Bandung: PT. Pustaka Binaman Pressind.
- MediaWiki. (2012). Posttraumatic Stress Disorder. Wikipedia The Free Encyclopedia. [Online]. Tersedia:<http://www.en.wikipedia.org> [27 Mei 2012].
- Nurihsan, A J. (2005). *Strategi Layanan Bimbingan & Konseling*. Bandung: PT Rafika Aditama.
- (2006). *Bimbingan & Konseling*. Bandung: PT. Rafika Aditama.
- Pokharna, U. (2011). *Effects of human trafficking*. [Online]. Tersedia:www.buzzle.com [25 Januari 2012].
- Stotts, E, I., Ramey, L. (2009). *Human Trafficking: A call For Counselor Awareness and Action*. *Journal of Humanistic Counselig, Education and Development*, March 22, 2009, [Online]. Tersedia : www.hihbeam.com [5 Pebruari2012].
- Tiurukanova,E, V. (2006). *Human Trafficking In The Russian Federation: Journal of The Institute for Urban Economics for the UN/IOM Working Group on Trafficking Human Beings*. Moscow.
- Vorvick, Linda, J dan Zieve, David. (2012). Posttraumatic Stress Disorder. [Online]. Tersedia:<http://www.ncbi.nlm.nih.gov> [27 Mei 2012].
- Williamson, E., Dutch, N M., and Clawson, H J. (2010). *Evidence-Based Mental Health Treatment for Victims of Human Trafficking*. Caliber, an ICF International Company, April, 2010. [Online]. Tersedia: <http://aspe.hhs.gov/hsp/07/HumanTrafficking/MentalHealth/index.shtml> [14 Pebruari 2012].