

# GANGGUAN KECEMASAN MENYELURUH PADA INDIVIDU PELAKU PELECEHAN SEKSUAL

Sukma Noor Akbar

Universitas Lambung Mangkurat, Jl. A. Yani km. 36 Banjarbaru,  
Telp/fax: (0511) 4774405, HP: 081330121200, email: snakbar@ulm.ac.id

## ABSTRACT

*In this study, the perpetrator was a former civil servant who received a prison sentence of 5 years due to sexual harassment to an 8-year-old child. At present the perpetrators are free from punishment and psychological conditions of the perpetrators who experience anxiety. The purpose of this study was to describe the generalized anxiety disorder in individuals who are sexually abused. The research method uses qualitative research methods, the research subjects amounted to one person who was a sexual harasser. The results of the research conducted by the researcher, it is known that the obvious complaints experienced by the subject are excessive anxiety. Subjects admitted that they often felt uneasy for a reason, often trembling and surprised, having difficulty feeling calm even at rest, sometimes awake at night by themselves. Subjects also claimed to feel a sluggish body condition even when he just woke up. The subject felt that now he was easily disturbed by something that made noise or crowded conditions.*

*Keywords: generalized anxiety disorder, offender, sexual abuse.*

## ABSTRAK

Pada penelitian ini pelaku merupakan mantan Pegawai Negeri Sipil yang mendapatkan hukuman penjara selama 5 tahun akibat melakukan pelecehan seksual kepada anak berumur 8 tahun. Saat ini pelaku sudah bebas dari hukuman dan kondisi psikis pelaku yang mengalami kecemasan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran gangguan kecemasan menyeluruh pada individu pelaku pelecehan seksual. Metode penelitiannya menggunakan metode penelitian kualitatif, subjek penelitian berjumlah 1 (satu) orang yang merupakan pelaku pelecehan seksual. Hasil dari penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, diketahui keluhan-keluhan yang jelas dialami subjek adalah kecemasan berlebih. Subjek mengaku sering merasa gelisah tanpa sebab, sering gemeteran dan terkejut, sulit merasakan ketenangan sekalipun saat istirahat, hingga terkadang terbangun di malam hari dengan sendirinya. Subyek juga mengaku merasakan kondisi tubuhnya yang lesu sekalipun saat baru bangun tidur. Subyek merasa bahwa sekarang ia mudah merasa terganggu dengan sesuatu yang membuat kebisingan ataupun kondisi yang ramai.

Kata kunci : *gangguan kecemasan menyeluruh, pelecehan seksual, pelaku.*

## PENGANTAR

Dewasa ini masyarakat kita sering dihadapkan pada kasus-kasus pelecehan seksual baik itu yang dialami oleh orang dewasa maupun anak-anak, dengan motif yang berbeda-beda. Supardi dan Sadarjoen (dalam Bahri dan Fajriani, 2015) menyebutkan pelecehan seksual pada dasarnya adalah setiap bentuk perilaku yang memiliki muatan seksual yang dilakukan seseorang ataupun sejumlah orang, dan tidak disukai atau tidak diharapkan oleh korban sehingga menimbulkan akibat negatif pada korban, seperti: rasa malu, tersinggung, terhina, marah, kehilangan harga diri, kehilangan kesucian, dan sebagainya. Rentang pelecehan seksual cukup luas, meliputi: main mata, siulan nakal, komentar

yang berkonotasi seks, humor porno, cubitan, colesan, tepukan atau sentuhan dibagian tubuh tertentu, isyarat yang bersifat seksual, ajakan berkencan dengan iming-iming atau ancaman, ajakan berhubungan seks, sampai pemerkosaan. Pelaku dari pelecehan seksual umumnya lelaki dan kebanyakan korbannya adalah perempuan dan anak-anak (Bahri dan Fajriani, 2015).

Tingkah laku kriminal kekerasan seksual memiliki tingkat kuantitas yang cukup tinggi di Indonesia, dan tak jarang yang menjadi korban dalam kasus kriminalitas jenis ini adalah anak yang usianya masih dibawah umur. Data yang dikumpulkan oleh Kementerian Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat dari tahun 2010 hingga tahun 2014 tercatat sebanyak 21.869.797 kasus kekerasan seksual anak, yang tersebar di 34 provinsi, dan 179 kabupaten dan kota. Sebesar 42-58% dari pelanggaran hak anak itu, katanya, merupakan kejahatan seksual terhadap anak. Artinya kasus-kasus ini banyak sekali dijumpai meskipun tidak secara langsung (Humaira, et al., 2015).

Kendati demikian, upaya pemerintah dalam menanggulangi kasus yang serupa dianggap masih kurang optimal sehingga tidak bisa memangkas tuntas hingga ke akar permasalahan. Pelaku pencabulan kerap hanya mendapat hukuman pidana semata, tetapi kurang ditindaklanjuti bagaimana keadaan mental dan psikisnya, serta mengungkapkan motif kejahatan bersama dengan dorongan yang membuatnya tega dan berani berbuat perilaku seperti itu. Seringkali pelaku yang telah dibebaskan dari masa tahanannya bisa saja mengulangi kesalahan yang sama dan tidak memberikan efek jera yang begitu berarti terhadap dirinya. Padahal baik pelaku maupun korban harus mendapatkan perlakuan tertentu pada aspek psikologis mereka agar setelah kejadian tersebut berlangsung tidak menimbulkan dampak yang berkelanjutan ke depannya. Umumnya para pelaku kejahatan seksual dilakukan oleh orang dewasa, yang secara umum penyebab bisa diakibatkan oleh kondisi-kondisi yang menekan seperti kondisi sosial-ekonomi yang lemah, individu yang memiliki kepribadian patologis (Rochmah dan Nuqul, 2015).

Pada penelitian ini seorang lelaki berusia 56 tahun yang tinggal di desa Paul, Rantau, Kalimantan Selatan diketahui pernah tersandung kasus pelecehan seksual terhadap anak di bawah umur. Pelaku berinisial B ini dulu menikah pada usia 25 tahun dengan istrinya yang saat itu ternyata

masih duduk di bangku kelas 4 sekolah dasar. Pemicu utama terjadinya tindak pidana ini kemungkinan besar dikarenakan oleh pelaku dan istrinya harus tinggal berjauhan waktu itu, yakni ketika sang istri menetap di desa Paul tetapi si suami harus pergi merantau ke desa Buas-buas, sebab mereka tidak hidup dalam satu atap yang sama, akhirnya pelaku nampak tidak bisa melampiaskan hasrat seksualnya dan kemudian menjadikan anak kecil berusia 8 tahun yang masih duduk di bangku kelas dua sekolah dasar menjadi sasarannya. Kejadian ini telah berlangsung tujuh tahun yang lalu saat subyek masih berstatus sebagai seorang Pegawai Negeri Sipil (PNS) dan mengajar sebagai guru olahraga di salah satu sekolah dasar.

Selain mendapatkan hukuman penjara selama 5 tahun, setelah kasus ini dipidanakan, pelaku kemudian diberhentikan dari pekerjaannya sebagai guru olahraga dan dicabut status PNSnya. Hal tersebut berdampak pada keadaan psikis pelaku. Ia mengalami stres berat yang berimbas pada kondisi kesehatan yaitu seperti sempat mengalami *stroke* selama kurang lebih 2 bulan, dan gangguan pada keadaan kognitifnya seperti sukar untuk mengingat nama dan mengenali orang. Pekerjaan hariannya sekarang hanyalah bertani. Pelaku juga memiliki kecemasan berupa terlalu mengkhawatirkan tanggapan orang lain terhadap dirinya, khawatir terlalu lama berpapasan dengan orang lain, serta adanya pikiran khawatir berlebihan jika lingkungan meninggalkannya. Berdasarkan yang telah disebutkan sebelumnya, tujuan peneliti adalah untuk melihat gambaran gangguan kecemasan menyeluruh pada individu pelaku pelecehan seksual.

Gangguan kecemasan menyeluruh (*Generalized anxiety disorder/GAD*) ditandai dengan perasaan cemas yang persisten yang tidak dipicu oleh suatu objek, situasi, atau aktivitas yang spesifik, atau lebih merupakan apa yang disebut oleh Freud sebagai “mengambang bebas” (“*free floating*”). Ciri utama dari GAD adalah rasa cemas (Berkovec, & Ruscio, 2001). Orang dengan GAD adalah pencemas yang kronis. Mungkin mereka mencemaskan secara berlebihan keadaan hidup mereka seperti keuangan, kesejahteraan anak-anak, dan hubungan sosial mereka. Adapun karakteristik GAD menurut DSM-V, yaitu:

- a) Adanya kecemasan yang berlebihan dan kekhawatiran tentang berbagai topik, peristiwa, atau kegiatan. Kekhawatiran yang jelas berlebihan terjadi lebih sering daripada tidak selama minimal 6 bulan;
- b) Individu menemukan kesulitan untuk mengendalikan kekhawatirannya.
- c) Kecemasan dan kekhawatiran yang terkait diasumsikan dengan tiga (atau lebih) dari enam gejala berikut:
  - 1. Gelisah
  - 2. Mudah lelah (lebih lelah dari biasanya)
  - 3. Kesulitan berkonsentrasi atau seolah-olah pikiran kosong
  - 4. Iritabilitas
  - 5. Ketegangan otot
  - 6. Gangguan tidur (kesulitan tidur lelap, atau gelisah, tidur tidak memuaskan)
- d) Kecemasan, kekhawatiran, atau gejala yang terkait menyebabkan kesulitan untuk melakukan kegiatan dan tanggung jawab sehari-hari. Hal tersebut dapat menyebabkan masalah dalam hubungan sosial, pekerjaan, atau area penting lainnya.
- e) Gangguan tidak disebabkan oleh efek psikologis dari zat (penyalahgunaan obat) atau kondisi medis lain (hipertiroidisme).
- f) Gangguan ini tidak lebih baik dijelaskan oleh gangguan mental lain (kecemasan atau khawatir tentang memiliki serangan panik dalam gangguan panik, evaluasi negatif dalam kecemasan kecacauan sosial (fobia sosial), kontaminasi atau obsesi lainnya gangguan obsesif-kompulsif, tidak terfokus pada menjauh dari keluarga atau kerabat lain seperti pada *separation anxiety disorder*, pemicu peristiwa traumatis dalam gangguan somatoform, kelemahan penampilan dirasakan dalam gangguan dismorfik tubuh memiliki penyakit yang serius dalam gangguan penyakit kecemasan, atau isi dari defusi keyakinan pada skizofrenia atau gangguan delusional).

## METODE PENELITIAN

Pendekatan penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah pendekatan kualitatif. Patton (dalam Poerwandari, 2005), pemilihan pendekatan kuantitatif atau pendekatan kualitatif dilakukan dengan mempertimbangkan pendekatan mana yang sesuai dengan masalah penelitian, dan paling baik untuk menjawab masalah tersebut. Creswell (1994) mengatakan bahwa sifat masalah hanyalah salah satu kriteria pemilihan, selain pandangan peneliti terhadap dunia (*worldview*), pelatihan atau pengalaman peneliti, atribut-atribut psikologis peneliti, dan audience penelitian. Subjek penelitian adalah sumber utama data penelitian, yaitu yang memiliki data mengenai variable-variabel yang diteliti. Subjek penelitian, pada dasarnya, adalah yang akan dikenai kesimpulan hasil penelitian (Azwar 2009), adapun subjek penelitian dari penelitian ini berjumlah satu orang yang mengalami gangguan kecemasan menyeluruh dan merupakan individu pelaku pelecehan seksual. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara dan tes formal dengan menggunakan *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HRSA)

## HASIL

### A. Identitas

|                        |                                       |
|------------------------|---------------------------------------|
| Nama                   | : B                                   |
| Tempat Tanggal Lahir   | : Rantau, 25 Agustus 1962             |
| Jenis Kelamin          | : Laki-laki                           |
| Usia                   | : 56 tahun                            |
| Pendidikan Terakhir    | : SMA                                 |
| Status                 | : Menikah, Ayah dari 2 orang anak     |
| Status sebelum menikah | : Anak kandung ke-2 dari 4 bersaudara |
| Pekerjaan              | : Bertani, berkebun                   |
| Riwayat Pekerjaan      | : Guru Olahraga                       |
| Riwayat Kejahatan      | : Pelecehan seksual                   |
| Pasal Pelanggaran      | : Pasal 289 – 296 KUHP                |

### B. Asesmen

#### 1) Hasil Observasi

Dari observasi yang telah dilakukan oleh peneliti selama mengunjungi kediaman subyek, ditemukan bahwa subyek masih berpenampilan rapi dan terurus seperti warga

kebanyakan. Perawakan subyek tergolong kecil untuk ukuran dengan proporsi badan yang kurus. Apabila subyek datang ke rumah selepas berkebung, maka untuk menyambut kedatangan peneliti, subyek dengan sengaja mengganti bajunya dan mengusahakan keadaannya benar-benar rapi.

Saat kedatangan peneliti untuk yang pertama kalinya, subyek menyambut peneliti dengan ramah dan antusias. Ia bahkan tidak segan hanya untuk sekedar berjabat tangan dengan peneliti. Ada kalanya subyek kurang memahami maksud dari pertanyaan yang diajukan peneliti, subyek mencoba menjawabnya meskipun dengan jawaban yang terbata-bata karena keterbatasan pengucapannya. Dari perilaku yang tampak, ketika peneliti mengajukan pertanyaan yang sulit dan agak sensitif, subyek berhenti sejenak dan memandangi istrinya seolah-olah bertanya, *“Apa yang harus kujawab? Bagaimana aku mengatakannya?”*, sembari melirik istrinya yang juga duduk dengan setia menemaninya. Saat istrinya tidak berada di samping subyek, ia nampak seperti berpikir keras dan tidak menatap mata peneliti yang tengah mengajukan pertanyaan kepadanya. Terkadang subyek juga menyilangkan kakinya saat keadaan hening ketika ia seakan tidak bisa menjawab pertanyaan peneliti. Padahal selama berbincang-bincang biasa dengan subyek, nampak bahwa ia menatap mata lawan bicaranya secara intens. Tetapi, ketika sampai pada topik yang mulai mengarah atau menjurus pada pertanyaan sensitif terlihat perubahan perilaku seperti mulai menyilangkan kaki, menghindari tatapan atau menundukkan pandangan, dan menaruh kedua tangannya di atas pangkuannya dan menautkan keduanya serta seolah menggenggam sesuatu dengan ketat. Subyek tidak pernah memalingkan wajahnya, hanya saja ekspresinya seperti terlihat kebingungan ataupun terdiam sampai seakan terkejut dengan pertanyaan yang diajukan padanya ia tidak mampu menjawabnya.

Adapun hal penting yang teramati saat berinteraksi dengan subyek adalah adanya perbedaan perilaku yang signifikan antara adanya sang istri di samping subyek, dengan tidak adanya kehadiran sosok istri di sampingnya. Saat sang istri berada di sampingnya, subyek

seolah-olah bergantung kepada istrinya dan membiarkan istrinya mencampuri jawaban atas pertanyaan yang sebenarnya peneliti tujukan padanya. Namun, pada saat istrinya pergi, subyek berhenti menyilangkan kaki dan terlihat lebih santai dalam menjawab pertanyaan peneliti meskipun dengan perkataan yang terbalik-balik prosa katanya. Meskipun demikian, subyek seakan tidak berinteraksi pada istrinya tetapi lebih kepada seperti diawasi. Hal ini terlihat ketika peneliti mengajukan pertanyaan mengenai “*Bagaimana perasaan dan kondisi Anda saat ini?*”, seolah-olah ada yang ingin subyek sampaikan tetapi ia tidak dapat mengatakannya karena telah terlebih dahulu disela oleh istrinya yang mengatakan bahwa keadaan dan kondisi subyek saat ini baik-baik saja.

## **2) Hasil Wawancara**

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan pada tanggal 17 Juli 2018, dari pemaparan subyek diketahui bahwa ia sebenarnya memiliki kecemasan dalam dirinya yang tidak bisa tersampaikan pada orang-orang di lingkungan sekitarnya. Hal ini dikarenakan ia merasa seakan orang lain akan menghindarinya jika subyek mengatakan yang sejujurnya tentang keadaan dirinya. Ia merasa tidak percaya diri ketika harus mengungkapkan keadaan dirinya tetapi kemudian menghadapi penolakan dari lingkungan sekitarnya.

Subyek pernah ditegur oleh istrinya agar tidak melakukan hal-hal yang tidak diperintahkan kepadanya. Kemungkinan karena hal itu pula lah subyek terlihat seakan-akan bergantung pada istrinya, tapi di sisi lain juga terlihat seolah subyek tidak bisa berbuat apa-apa (seakan tertekan) jika sang istri berada di dekatnya. Hubungan keluarga yang awalnya diakui baik-baik saja, ternyata setelah ditelusuri lebih lanjut ditemukan bahwa subyek mengalami permasalahan internal yang enggan diingatnya.

Pada pertemuan untuk melakukan observasi dan wawancara pertama (15-7-2018), kasus yang dialami subyek seolah-olah ingin ditutup-tutupi secara rapat. Bahkan untuk menanyakan pekerjaan pun, subyek hanya bisa terdiam dan membiarkan istrinya menjawab

bahwa pekerjaan suaminya dari dulu hingga sekarang hanyalah bertani. Setelah beberapa kali pendekatan, akhirnya pada tanggal 17 Juli 2018 subyek mulai melunak dan membiarkan peneliti untuk menggali lebih dalam sumber permasalahan yang dialaminya.

Mengungkit masa lalu subyek, Ibu subyek hanyalah seorang petani, dan ayahnya juga seorang petani sekaligus buruh pabrik. Menurut penuturan subyek pada tanggal 17 Juli 2018, ibunya digambarkan sebagai seorang yang penuntut. Setahu dan seingat subyek, umur ibunya lebih tua dibandingkan umur ayahnya. Ibu subyek sangat sering memarahi ayahnya sehingga menjadikan subyek sebagai sosok yang kurang nyaman dengan sosok wanita dewasa yang lebih tua dibanding dirinya. Ibunya sangat sering melakukan kekerasan pada ayahnya, seperti melempari piring, memukulkan rotan, dan membanting pintu jika ada sesuatu yang tidak sesuai dengan keinginan ibunya. Begitu juga dirinya, apabila subyek melakukan kesalahan, ibunya tidak segan-segan menghukumnya, entah itu dengan memukulinya atau melemparkan piring ke mukanya, menguncinya di luar rumah atau mendaratkan kayu rotan di punggungnya hingga memar.

Ketika beranjak dewasa, pada usia remaja akhir sekitar 19 tahunan, subyek menuturkan bahwa dirinya melihat sosok adik perempuan yang sangat penurut pada anak kecil yang saat itu tengah duduk di kelas 4 sekolah dasar. Kebetulan anak kecil itu adalah adik perempuan dari temannya. Semenjak itu, subyek yang awalnya tidak tertarik kepada perempuan menjadi lebih sering bermain dengan anak-anak sekolah dasar. Ia merasa bahwa saat melihat anak kecil perempuan melihat sosok yang lembut yang ia rasa tidak akan menyakitinya, memarahinya, ataupun berbuat sesuatu yang dapat menyakiti dirinya. Subyek berpikir bahwa anak kecil juga tidak memiliki banyak kekuatan sama seperti orang dewasa, dan menurutnya pemikiran anak kecil mudah dikendalikan.

Seiring berjalannya waktu, temannya meninggal dunia karena penyakit kuning. Temannya tersebut menitipkan adiknya kepada subyek. Alih-alih menjaganya sebagai adik, subyek ternyata lebih memilih untuk menikahi adik dari temannya tersebut. Saat itu usia

istrinya masih sekitar 12 tahunan, dan akhirnya istrinya pun berhenti sekolah waktu menikahi subyek. Padahal usia keduanya terpaut sangat jauh. Istrinya berada di kelas 4, sedangkan subyek telah bekerja dan berusia 25 tahun. Ia merasa bahwa dulu saat berada di usia remaja, istrinya adalah sosok yang sangat penurut dan tidak banyak menuntut. Hingga saat kelahiran anak kedua mereka, istrinya dianggap mulai berubah.

Segala sesuatu yang berhubungan dengan kebutuhan rumah tangga ditangani seluruhnya oleh istrinya. Sosok yang dulu dikenalnya sebagai seorang yang penurut, semakin bertambahnya usia maka semakin pula sosok penurut itu menghilang. Bahkan subyek telah tersugesti bahwa wanita dewasa merupakan sosok penindas kaum lelaki. Meskipun saat itu keadaan subyek masih bugar pun, ketika istrinya marah dan berteriak kepadanya, subyek bukannya melawan melainkan kehilangan rasa percaya diri dan menganggap dirinya tidak bisa setara dengan kaum wanita. Berdasarkan pengakuan subyek pula, diketahui bahwa ketika ia bertengkar dengan istrinya ia ingin melampiaskan perasaannya namun ada satu sisi yang membuatnya ketakutan ketika melihat wanita dewasa marah dan mengamuk.

Sebenarnya mendekati anak kecil tidak dilakukan sekali saja oleh subyek. Ia mengaku sering bermain dengan anak kecil ketika ada masalah internal ataupun ketika ia merasa dirinya tidak berharga. Alih-alih menganggap muridnya sebagai anak didik atau anak kecil yang seharusnya diayomi, subyek malah mengaku merasa terangsang ketika melihat sosok anak kecil yang penurut dan mau melakukan apa saja yang diperintahkannya. Hal ini berbanding terbalik dengan sosok wanita dewasa yang menurut subyek bisa mengatur tidak penurut dan cenderung suka menuntut ketimbang memberi.

Membahas tujuan hidupnya pada tanggal 19 Juli 2018, ternyata hal yang ingin dicapai subyek merupakan keinginan yang sangat sederhana yaitu menjadi sosok yang mampu melindungi dan dipandang sebagai seseorang yang memiliki kekuatan serta pengaruh di keluarganya. Pada saat kejadian tersebut, seminggu sebelum subyek memutuskan untuk

pergi meninggalkan istrinya karena urusan pekerjaan, ternyata subyek mengaku bahwa ia menginginkan untuk berhubungan biologis dengan istrinya namun istrinya menolak dan malah memarahinya. Akhirnya, subyek membayangkan masa-masa awal pernikahannya dengan sang istri. Waktu itu istrinya masih sangat penurut dan tidak pernah membantah apapun yang dimintanya. Ia teringat sosok anak kecil yang polos dan tidak penuntut tetapi lebih cenderung penurut. Akhirnya karena merasa nyaman bermain dengan anak kecil, terjadilah kasus tersebut.

Menurutnya, bermain dengan sosok anak kecil membangkitkan kenangan lamanya yang membuatnya bahagia. Ia juga tidak mengerti bagaimana pastinya, yang ia tahu dorongan itu hanya meluap begitu saja dari dalam dirinya. Ia tidak bisa menolak pesona anak-anak kecil nan polos dan penurut. Ia merasa seperti bisa mengendalikannya dan memainkannya kapanpun ia ingin. Selama berada di dalam sel tahanan selama 5 tahun, subyek merasa tubuhnya melemah. Saat di sana pula subyek menyadari bahwa sosok istrinya yang mulai cerewet akhir-akhir ini ternyata lebih perhatian dibandingkan orang-orang yang satu tahanan bersamanya. Ada beberapa faktor penghambatan pertumbuhan dan perkembangan tujuan hidupnya, yakni faktor rendah diri. Ia sudah tertanam sejak kecil bahwa sosok yang lebih tua lah yang lebih kuat. Padahal pemikirannya ini salah besar.

Adapun tanggapan tetangga atau lingkungan sekitar setelah mengetahui subyek tersandung kasus pelecehan tersebut seperti menyedikitkan kontak secara langsung dengannya. Oleh karena itu, subyek merasa seolah-olah orang akan meninggalkannya seorang diri. Meskipun begitu, ia akhirnya mendapatkan sedikit dukungan dari keluarganya dengan syarat ia harus menutupi kasus yang pernah dialaminya. Itu pula yang menjadi alasan mengapa pada saat wawancara pertama kali subyek tidak mampu berkata-kata dan membiarkan istrinya ikut menjawab semua pertanyaan yang ditunjukkan padanya.

Subyek juga mengaku dirinya adalah seorang mantan perokok berat. Karena mengalami *stroke*, ia mulai mengurangi kebiasaan buruknya tersebut dan akhirnya benar-benar berhenti

merokok. Subyek sebenarnya dulu adalah sosok yang mudah membaur dengan orang lain, namun semenjak kasus tersebut merebak hingga ke lingkungan sekitar tempat tinggalnya ia menjadi lebih kurang percaya diri. Bahkan subyek mengaku tidak bisa menghadiri acara tertentu dimana acara tersebut mengundang terlalu banyak orang yang mengenalnya. Alasan utamanya adalah masalah kesehatannya, tetapi ketika ditanyakan kembali untuk ke sekian kalinya, barulah subyek mengaku bahwa ia merasa dirinya melemah jika mendengar perkataan orang lain terhadap dirinya.

Subyek juga diketahui mengalami kecemasan berlebih. Subyek mengaku sering merasa gelisah tanpa sebab, terkadang juga sering kesulitan untuk merasakan ketenangan sekalipun saat sedang istirahat. Subyek menjelaskan bahwa dirinya sekarang mudah terganggu atau mudah terbawa perasaan dengan lingkungan di sekitarnya, terlebih dengan keadaan yang ramai. Meski demikian, keadaannya yang sentimental hanya bisa membuatnya mendiamkan lingkungan sekitar dan menjauhi sumber gangguan. Tidak seperti dulu, subyek memang mudah marah tetapi bisa langsung melampiaskan amarahnya. Alasannya adalah sekarang tubuhnya melemah, percuma jika ia melawan, menurutnya hal itu hanya akan menimbulkan masalah untuknya.

### **3) Hasil Tes Formal**

Berdasarkan hasil tes *Hamilton Rating Scale for Anxiety* yang telah diberikan kepada subjek pada hari selasa tanggal 24 Juli 2018 diketahui total skor yang didapat adalah 31 masuk dalam rentang antara 28–41 yaitu kategori kecemasan berat. Berlandaskan 14 item penilaian kecemasan yaitu perasaan ansietas mendapat skor 3 (berat), ketegangan skor 2 (sedang), ketakutan skor 2 (sedang), gangguan tidur skor 3 (berat), gangguan kecerdasan skor 3 (berat), perasaan depresi skor 3 (berat), gejala somatik (otot) skor 3 (berat), gejala somatik (sensorik) skor 2 (sedang), gejala skor 2 (sedang), gejala respiratori skor 0 (tidak ada), gejala gastrointestinal skor 1 (ringan), gejala urogenital skor 2 (sedang) skor 2

(sedang), dan tingkah laku pada wawancara seperti gelisah, tidak tenang, jari gemetar, kerut kening dan lain-lain ada dinilai skor 3 (berat).

## **DISKUSI**

Subjek berusia 56 tahun yang tinggal di desa Paul, Rantau, Kalimantan Selatan, merupakan seorang laki-laki yang pernah tersandung kasus pelecehan seksual terhadap anak di bawah umur hingga dipenjara selama 5 tahun akibat perbuatannya tersebut. Berdasarkan hasil observasi, wawancara, dan tes formal yang telah dilakukan oleh peneliti, diketahui keluhan-keluhan yang jelas dialami subjek adalah kecemasan berlebih. Subjek mengaku sering merasa gelisah tanpa sebab, sering gemetaran dan terkejut, sulit merasakan ketenangan sekalipun saat istirahat, hingga terkadang terbangun di malam hari dengan sendirinya. Subjek juga mengaku merasakan kondisi tubuhnya yang lesu sekalipun saat baru bangun tidur. Subjek merasa bahwa sekarang ia mudah merasa terganggu dengan sesuatu yang membuat kebisingan ataupun kondisi yang ramai.

Berdasarkan gejala-gejala yang dialami subjek di atas, maka peneliti menyimpulkan bahwa subjek menderita salah satu tipe dari gangguan kecemasan yaitu Gangguan Kecemasan Menyeluruh (*Generalized Anxiety Disorder/GAD*). Gangguan kecemasan menyeluruh (*Generalized anxiety disorder/GAD*) ditandai dengan perasaan cemas yang persisten yang tidak dipicu oleh suatu objek, situasi, atau aktivitas yang spesifik. Ciri utama dari GAD adalah rasa cemas (Berkovec dan Ruscio, 2001). Hal ini sesuai dengan gejala atau keluhan utama yang dialami Subjek yaitu perasaan cemas. Kecemasan dan kekhawatiran yang dialami subjek diketahui termasuk dalam kategori kecemasan berat dan tidak disebabkan oleh situasi spesifik tertentu.

Kriteria diagnosis GAD yang pertama adalah adanya kecemasan yang berlebihan dan kekhawatiran tentang berbagai topik, peristiwa, atau kegiatan. Kekhawatiran yang jelas berlebihan terjadi lebih sering daripada tidak selama minimal 6 bulan. Subjek memenuhi kriteria diagnosis tersebut karena diketahui subjek telah mengalami simptom-simptom yang berupa

merasa gugup saat ditanya mengenai peristiwa yang di alaminya beberapa tahun yang lalu yang di tandai dengan menjadi gugup saat di tanyai mengenai apa yang telah dilakukannya di masalah, dan perasaan tidak yakin bisa melakukan sesuatu dengan benar pada saat melakukan kegiatan sehari-hari selama kurang lebih 2 tahun (lebih dari 6 bulan). Hal ini sesuai dengan teori yang di kemukakan oleh Kelly (dalam Cervone, 2012) kecemasan adalah bahwa mengenali suatu peristiwa yang dihadapi oleh seseorang berada di luar jangkauan kenyamanan pada sistem konstruk seseorang. Craig (dalam Indiyani, 2006) kecemasan dapat diartikan sebagai suatu perasaan tidak senang, rasa khawatir, atau ketakutan terhadap sesuatu yang tidak jelas atau tidak diketahui.

Kriteria diagnosis selanjutnya adalah individu menemukan kesulitan untuk mengendalikan kekhawatirannya. Diketahui subjek merasa tidak dapat mengontrol perasaan khawatir dan cemasnya tersebut, menurut keterangan subjek saat dilakukan wawancara subjek sering kali tiba-tiba merasa cemas dan khawatir akan suatu hal namun dia tidak mengetahui mengapa dia tiba-tiba merasakan hal tersebut dan tidak mengetahui bagaimana cara meredam perasaan cemas yang dirasakannya. Subjek mengaku rasa cemas dan khawatir tersebut bisa datang kapan saja tanpa dapat ia kendalikan. Berdasarkan penjelasan tersebut peneliti menyimpulkan subjek memenuhi kriteria diagnosis tersebut. Greist dan Jeverson (dalam Maisaroh dan Falah, 2011) kecemasan merupakan pengalaman manusiawi yang universal, suatu respon emosional yang tidak menyenangkan, penuh kekhawatiran, suatu reaksi antisipatif serta rasa takut yang tidak terarah karena sumber ancaman atau pikiran tentang sesuatu yang akan datang tidak jelas dan tidak terdefinisikan.

Kriteria diagnosis selanjutnya yaitu Kecemasan dan kekhawatiran yang terkait diasumsikan dengan tiga (atau lebih) dari enam gejala berikut: gelisah, mudah lelah (lebih lelah dari biasanya), kesulitan berkonsentrasi atau seolah-olah pikiran kosong, iritabilitas, ketegangan otot, gangguan tidur (kesulitan tidur lelap, atau gelisah, tidur tidak memuaskan). Berdasarkan hasil asesmen wawancara, observasi, serta tes formal yaitu HARS, diketahui subjek merasakan gejala-gejala

yang telah disebutkan di atas, seperti subjek memiliki rasa cemas berlebih, gemetaran, sering gelisah tanpa sebab, nyeri otot, sulit merasakan ketenangan ataupun berkonsentrasi, sulit tidur dengan lelap, serta subjek juga mengaku mudah merasa terganggu dengan kebisingan ataupun keadaan yang ramai (iritabilitas). Nevid (2005) menjelaskan khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan akan *aphrehensi* terhadap sesuatu yang akan terjadi di masa depan, keyakinan akan sesuatu yang buruk akan segera terjadi, kegelisahan, gugup, tangan atau anggota tubuh bergetar, banyak berkeringat, telapak tangan berkeringat, leher atau punggung terasa kaku, mengalami gangguan tidur, susah bicara, susah nafas dan beberapa gejala fisik lainnya merupakan sebagian dari ciri-ciri seseorang yang mengalami gangguan kecemasan.

Keluhan atau gejala-gejala yang dirasakan subjek diketahui membuat kegiatan sehari-harinya menjadi terganggu, misalnya saja subjek menjadi sering minder. Hal ini sesuai dengan kriteria diagnosis GAD lainnya yaitu kecemasan, kekhawatiran, atau gejala yang terkait menyebabkan kesulitan untuk melakukan kegiatan dan tanggung jawab sehari-hari. Hal tersebut dapat menyebabkan masalah dalam hubungan sosial, pekerjaan, atau area penting lainnya.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Kesimpulan yang bisa ditarik dari subjek adalah bahwa subyek mengalami gangguan kecemasan menyeluruh yaitu subyek merasa sering merasa gelisah tanpa sebab, gemetaran, mudah terkejut, sulit merasakan ketenangan sekalipun saat istirahat, kondisi tubuh yang lesu sekalipun saat baru bangun tidur, mudah merasa terganggu dengan kebisingan ataupun kondisi yang ramai.

Saran kepada subyek adalah dengan melakukan *cognitif behaviour therapy* (CBT) yang berfokus pada kognisi yang dimodifikasi secara langsung, yaitu ketika individu mengubah pikiran maladaptifnya (*maladaptive thought*) maka secara tidak langsung juga mengubah tingka lakunya yang tampak (*overt action*).

## **UCAPAN TERIMAKASIH**

Kepada Prof. Dr. H. Sutarto Hadi, M. Si, MSc, Selaku Rektor Universitas Lambung Mangkurat, Prof. Dr.Ir. H. M. Arief Soendjoto, M.Sc, Selaku Ketua LPPM Universitas Lambung Mangkurat, Prof. Dr,

Zairin Noor Helmi, dr. Sp.OT (K), MM, Selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat, Neka Erlyani, M.Psi, Psikolog, Selaku Ketua Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat, Subyek Penelitian B yang telah meluangkan waktu dalam menyelesaikan penelitian ini, dan rekan kerja sesama pengajar dan staf administrasi di Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat yang selama ini banyak membantu mendorong untuk menyelesaikan bersama-penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder Edition "DSM-5"*. Washinton DC: American Psychiatric Publishing. Washinton DC.
- Bahri, S., dan Fajriani. (2015). Suatu kajian awal terhadap tingkat pelecehan seksual di Aceh. *Jurnal Pencerahan*. 9(1). 50-65.
- Borkovec, T.D., & Ruscio, A.M. (2001). *Psychotherapy for generalized anxiety disorder*. *Journal of Clinical Psychiatry*, 62 (Suppl.11), 37-42.
- Cervone., & Pervin. (2012). *Kepribadian: Teori dan Penelitian* (jilid 2). Jakarta: Salemba Humanika.
- Humaira, D., et al. (2015). Kekerasan seksual pada anak: Telaah relasi pelaku korban dan kerentanan pada anak. *Jurnal Psikologi Islam*. 12(2). 5-10.
- Kartono, K dan Gulo, D. (2003). *Kamus Psikologi*. Pionir Jaya. Bandung.
- Maisaroh, E. N. & Falah, F. (2011). Religiusitas dan kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa madrasah aliyah. *Jurnal*. (tidak diterbitkan). Semarang: Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Neale J. D., dan Davis, P. S. (2011). *Perawatan Orthopedi dan Trauma*. Jakarta: EKG.
- Nevid, dkk. (2005). *Psikologi Abnormal edisi kelima Jilid 1*. Jakarta: Erlangga
- Rochmah, K. U dan Nuqul, F. L. (2015). Dinamika psikologis anak pelaku kejahatan seksual. *Jurnal Psikologi Tabularasa*. 10(1). 89-102.
- Sa'adah, F. M., & Rahman I. K. (2015). Konsep bimbingan dan terapi cognitive behavior therapy (cbt) dengan pendekatan islam untuk meningkatkan sikap altruisme siswa. *Jurnal Hisbah*. 12(2).
- Siregar, E. Y., & Siregar, R. H. (2013). Penerapan cognitive behavior therapy (cbt) terhadap pengurangan durasi bermain games pada individu yang mengalami games addiction. *Jurnal Psikologi*. 9(1).