

**UPAYA MENGATASI *POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER* (PTSD)
TERHADAP ISTRI KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH
TANGGAPERSPEKTIF HUKUM ISLAM**

Skripsi

*Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Hukum (S.H)
Pada Program Studi Hukum Keluarga Islam Fakultas Syariah
Institut Agama Islam Negeri Palopo*



IAIN PALOPO

Oleh.

**NURUL ANDINI
2103010002**

**PROGRAM STUDI HUKUM KELUARGA ISLAM
FAKULTAS SYARIAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PALOPO
2025**

**UPAYA MENGATASI *POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER* (PTSD)
TERHADAP ISTRI KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH
TANGGA PERSPEKTIF HUKUM ISLAM**

Skripsi

*Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Hukum (S.H)
Pada Program Studi Hukum Keluarga Islam Fakultas Syariah
Institut Agama Islam Negeri Palopo*



IAIN PALOPO

Oleh.

**NURUL ANDINI
2103010002**

Pembimbing:

- 1. Dr. H. Haris Kulle, Lc., M. Ag.**
- 2. Sabaruddin, S. HI., M. H.**

**PROGRAM STUDI HUKUM KELUARGA ISLAM
FAKULTAS SYARIAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PALOPO
2025**

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Nurul Andini
NIM : 2103010002
Fakultas : Syariah
Program Studi : Hukum Keluarga Islam
Menyatakan dengan sebenarnya bahwa:

1. Skripsi ini benar merupakan hasil karya sendiri, bukan plagiasi atau duplikasi dari karya orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.
2. Seluruh bagian dari Skripsi ini adalah karya sendiri selain kutipan yang ditunjukkan sumbernya. Segala kekeliruan dan atau kesalahan yang ada didalamnya adalah tanggung jawab saya.

Bilamana dikemudian hari pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi administratif atas perbuatan tersebut dan gerak akademik yang saya peroleh karenanya dibatalkan.

Demikian pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Palopo, 12 Mei 2025
Yang membuat pernyataan



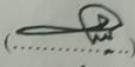
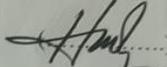
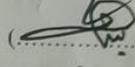
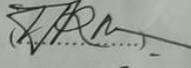
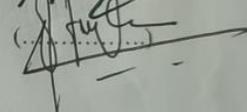
Nurul Andini
21 0301 0002

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul "*Upaya Mengatasi Post-Traumatic Stress Disorder terhadap Istri Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Perspektif Hukum Islam*" Nurul Andini, Nomor Induk Mahasiswa (NIM) 2103010002, Mahasiswa Program Studi Hukum Keluarga Islam (*al-Akhwāl al-Syakhshiyah*) Fakultas Syariah Institut Agama Islam Negeri Palopo, yang di *munaqasyahkan* pada Hari Selasa, Tanggal 29 April 2025 bertepatan dengan 1 Zulkaidah 1446 Hijriyah telah diperbaiki sesuai catatan dan permintaan Tim Penguji dan diterima sebagai syarat meraih gelar *Sarjana Hukum* (S.H)

Palopo, 6 Mei 2025

TIM PENGUJI

- | | | |
|------------------------------------|-------------------|---|
| 1. Dr. Muhammad Tahmid Nur, M. Ag. | Ketua Sidang |  |
| 2. Dr. H. Haris Kulle, Lc., M. Ag. | Sekretaris Sidang |  |
| 3. Dr. Muhammad Tahmid Nur, M. Ag. | Penguji I |  |
| 4. Hardianto, S. H., M. H. | Penguji II |  |
| 5. Dr. H. Haris Kulle, Lc., M. Ag. | Pembimbing I |  |
| 6. Sabaruddin, S. HI., M. H. | Pembimbing II |  |

Mengetahui:

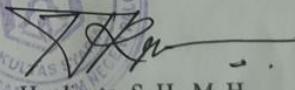


Rektor IAIN Palopo
Dekan Fakultas Syariah


Dr. Muhammad Tahmid Nur, M. Ag
NIP 197406302005011004



Ketua Program Studi
Hukum Keluarga Islam


Hardianto, S. H., M. H.
NIP 198904242019031002

PRAKATA

الرحيم الرحمن الله بسم

اله وعلى مُحَمَّد سيدنا نبياء والمرسلين الا اشرف على والسلام والصلاة العالمين رب لله الحمد
اجمعين واصحابه

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT, yang telah menganugerahkan rahmat, hidayah, kekuatan lahir dan batin, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan judul “*Upaya Mengatasi Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) Terhadap Istri Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Perspektif Hukum Islam*”. Shalawat sertasalam semoga senantiasa tercurahkan kepada junjungan Rasulullah SAW, beserta seluruh keluarga, sahabat dan para pengikutnya.

Penelitian ini disusun sebagai syarat yang harus diselesaikan, guna memperoleh gelar sarjana dalam bidang Hukum Keluarga Islam pada Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo. Penulisan penelitian ini dapat terselesaikan berkat bantuan, bimbingan serta dukungan dari beberapa pihak walaupun penelitian ini masih jauh dari kata sempurna. Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga dengan penuh ketulusan hati dan keikhlasan para pihak yang terlibat dalam proses penyelesaian penelitian ini.

Kepada kedua orang tua saya tercinta bapak Yandi dan Mama Rosmini yang telah mengasuh dan mendidik peneliti dengan penuh kasih sayang, Do’a, motivasi, semangat, nasihat serta pengorbanan yang tak tergantikan. Peneliti

menyadari bahwa tidak mampu untuk membalas semua itu, hanya do'a yang dapat peneliti

berikan untuk mereka semoga senantiasa berada dalam limpahan rahmat dan kasih sayang Allah SWT, dan menumpulkan kita semua dalam Surga-Nya kelak.

Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga dengan penuh ketulusan hati dan keikhlasan, kepada:

1. Rektor IAIN Palopo bapak Dr. Abbas Langaji, M. Ag., Wakil rektor bidang akademik dan pengembangan kelembagaan bapak Dr. Munir Yusuf, M. Pd., wakil rektor administrasi umum, perencanaan dan keuangan bapak Dr. Masruddin, S. S., M. Hum., wakil rektor bidang kemahasiswaan dan kerja sama bapak Dr. Takdir, S. H., M. H. yang telah berupaya meningkatkan mutu perguruan tinggi ini.
2. Dekan Fakultas Syariah, Dr. Muhammad Tahmid Nur, M. Ag., Wakil dekan Bidang Akademik dan pengembangan kelembagaan , Dr. Fasiha, S.E.I., M.E.I. Wakil dekan Bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan Keuangan, Muh, Akbar, S. H., M. H., Wakil dekan bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama, Muh. Darwis, S, Ag., M. Ag., yang selalu memberikan jalan terbaik dalam penelitian ini.
3. Ketua Program Studi Hukum Keluarga Islam, Hardianto, S. H., M. H., dan Sekertaris Program Studi Hukum Keluarga Islam Syamsuddin, S. H. I., M. H. beserta staf yang telah membantu dan mengarahkan dalam penyelesaian penelitian.
4. Penguji I dan Penguji II, Dr. Muhammad Tahmid Nur, M. Ag dan Bapak Hardianto, S.H., M.H., yang telah memberikan arahan untuk menyelesaikan penelitian.

5. Pembimbing I, Bapak Dr. H. Haris Kulle, Lc., M. Ag, dan Pembimbing II bapak Sabaruddin, S. HI., M. H., yang telah memberikan bimbingan, masukan, dan mengarahkan dalam rangka penyelesaian penelitian.
6. Ibu Ayu Husmiati, Nurdiana, Putri, Erni, dan Mammi, yang telah bekerja sama dengan peneliti dalam proses penyelesaian penelitian dan telah membantu melengkapi data dalam penyusunan penelitian
7. Kepala perpustakaan IAIN Palopo, Abu Bakar, S. Pd dan seganap karyawan dan karyawati dalam ruang lingkup IAIN Palopo, yang telah memberikan peluang untuk peneliti dalam mengumpulkan literatur yang berkaitan dengan pembahasan penelitian ini.
8. Kepada saudara kandung saya tercinta Reski Indah yang selama ini tak hentinya memberikan do'a, motivasi, dorongan, serta pengorbanan moral dan materil dalam perjalanan pembuatan penelitian ini.
9. Kepada sahabat tercinta, Aldi Albani Putra, Ainun Azzam, Ahmad, Rizka Apriliya Putri, Karina, Nur Amilan, S. dan Fatimah, yang selalu membantu dan menyemangati proses pembuatan penelitian ini.
10. Serta terimakasih juga untuk sahabat dan sahabati organisasi saya, Putri, Ema Febrianti, Ashar. Ikram, Einil, dan Dirga, yang menjadi sahabat saya selama saya menyusun penelitian ini.
11. Serta terimakasih juga untuk kakak sepupu saya Bulan Jirana yang selalu mendengar keluh kesah saya dalam mengerjakan skripsi ini.

Semoga setiap bantuan do'a, dukungan, motivasi, kerjasama, dan amal bakti yang telah diberikan kepada penulisan mendapat balasan yang layak disisi Allah SWT.

Peneliti berharap semoga penelitian ini bermanfaat bagi setiap yang memerlukan dan semoga Allah SWT menuntun kearah yang benar dan lurus.

Palopo, 12 Mei 2025

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN DAN SINGKATAN

A. Transliterasi Arab-Latin

Transliterasi dimaksudkan sebagai pengalih-hurufan dari abjad yang satu ke abjad yang lain. Transliterasi Arab-Latin di sini ialah penyalinan huruf-huruf Arab dengan huruf-huruf Latin beserta perangkatnya.

1. Kosonan

Berikut ini daftar huruf Arab yang dimaksud dan transliterasinya dengan huruf latin:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Ṣa	ṣ	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ḥa	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Ḍal	Ḍ	Zet (dengan titik di atas)

ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	Ṣad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	Ḍad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ṭa	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	`ain	`	koma terbalik (di atas)
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We

Δ	Ha	H	Ha
----------	----	---	----

ء	Hamzah	‘	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

2. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau *monoftong* dan vokal rangkap atau *diftong*.

a. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
َ	Fathah	A	A
ِ	Kasrah	I	I
ُ	Dammah	U	U

b. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
...يَ	Fathah dan ya	Ai	a dan u

و...َ	Fathah dan wau	Au	a dan u
-------	----------------	----	---------

Contoh:

- كَتَبَ kataba
- فَعَلَ fa`ala
- سَيْلٌ suila
- كَيْفَ kaifa
- حَوْلٌ haula

3. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
أ...َ...ِ	Fathah dan alif atau ya	Ā	a dan garis di atas
...ِ...ِ	Kasrah dan ya	Ī	i dan garis di atas
و...ُ	Dammah dan wau	Ū	u dan garis di atas

Contoh:

- قَالَ qāla
- رَمَى ramā
- قِيلَ qīla
- يَقُولُ yaqūlu

4. Ta' Marbutah

Transliterasi untuk ta' marbutah ada dua, yaitu:

a. Ta' marbutah hidup

Ta' marbutah hidup atau yang mendapat harakat fathah, kasrah, dan dammah, transliterasinya adalah “t”.

b. Ta' marbutah mati

Ta' marbutah mati atau yang mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah “h”.

c. Kalau pada kata terakhir dengan ta' marbutah diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka ta' marbutah itu ditransliterasikan dengan “h”.

Contoh:

- رَوْضَةُ الْأَطْفَالِ raudah al-atfāl/raudahtul atfāl
- الْمَدِينَةُ الْمُنَوَّرَةُ al-madīnahal-munawwarah/al-madīnatul munawwarah
- طَلْحَةَ talhah

5. Syaddah (Tasydid)

Syaddah atau tasydid yang dalam tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda syaddah atau tanda tasydid, ditransliterasikan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu.

Contoh:

- نَزَلَ nazzala
- الْبِرُّ al-birr

6. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu ال, namun dalam transliterasi ini kata sandang itu dibedakan atas:

a. Kata sandang yang diikuti huruf syamsiyah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiyah ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf “l” diganti dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

b. Kata sandang yang diikuti huruf qamariyah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf qamariyah ditransliterasikan dengan sesuai dengan aturan yang digariskan di depan dan sesuai dengan bunyinya.

Baik diikuti oleh huruf syamsiyah maupun qamariyah, kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanpa sempang.

Contoh:

- الرَّجُلُ ar-rajulu
- الْقَلَمُ al-qalamu
- الشَّمْسُ asy-syamsu
- الْجَلَالُ al-jalālu

7. Hamzah

Hamzah ditransliterasikan sebagai apostrof. Namun hal itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Sementara hamzah yang terletak di awal kata dilambangkan, karena dalam tulisan Arab berupa alif.

Contoh:

8. تَأْخُذُ ta'khuẓu
9. سَيِّئٌ syai'un
10. النَّوْءُ an-nau'u
11. إِنَّ inna

12. Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik fail, isim maupun huruf ditulis terpisah. Hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazim dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harkat yang dihilangkan, maka penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh:

13. وَ إِنَّ اللَّهَ فَهُوَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ Wa innallāha lahuwa khair ar-rāziqīn/Wa innallāha lahuwa khairurrāziqīn
14. بِسْمِ اللَّهِ مَجْرَاهَا وَ مُرْسَاهَا Bismillāhi majrehā wa mursāhā

15. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku dalam EYD, di antaranya: huruf kapital digunakan

Swt : subhanahu wa ta'ala

Saw	:	sallallahu ‘alaihi wa sallam
As	:	‘alaihi al-salam
H	:	Hijriyyah
M	:	Masehi
QS .../... :4	:	QS al-Baqarah/2 :4 atau QS Ali ‘Imran/3:4
H.R	:	Hadist riwayat

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN KEASLIAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
NOTA PENGUJI	v
PRAKATA	vi
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB	vii
DAFTAR ISI	xix
DAFTAR AYAT	xxi
DAFTAR HADITS	xxii
DAFTAR GAMBAR	xxiii
DAFTAR ISTILAH	xxvi
ABSTRAK	xxv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penulisan.....	8
D. Manfaat Penulisan.....	8
E. Sistematika Penulisan.....	9
BAB II KAJIAN TEORI	10
A. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	10
B. Kajian Pustaka.....	14
1. <i>Post Traumatic Stress Disorder</i>	14
2. Kekerasan Dalam Rumah Tangga.....	15
3. Hukum Islam.....	17
C. Kerangka Pikir.....	19
BAB III METODE PENELITIAN	21
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	21
B. Fokus Penelitian.....	21
C. Definisi Istilah.....	22
D. Sumber Data.....	23
E. Instrumen Penelitian.....	23

F. Teknik Pengumpulan Data.....	24	
G. Pemeriksaan Data.....	25	Keabsahan
H. Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	25	Analisis
BAB	IV	HASIL
PENELITIAN.....	28	
A. Upaya Mengatasi <i>Post Traumatic Stress Disorder</i> terhadap Istri Korban KDRT.....	28	
B. Mengatasi <i>Post-Traumatic Stress Disorder</i> Istri korban KDRT perspektif hukum Islam.....	66	

BAB V PENUTUP	93
A. Kesimpulan.....	93
B. Saran.....	94
C. Implikasi.....	95
DAFTAR PUSTAKA	96
LAMPIRAN	109

DAFTAR AYAT

Kutipan Ayat 1 Q.S. An-Nisa/4:34.....					18
Kutipan	Ayat	2	Q.S.	Al-	
Baqarah/2:214.....					70
Kutipan	Ayat	3	Q.S.	Al-	
Baqarah/2:286.....					72
Kutipan	Ayat	4	Q.S.	Al-	
Baqarah/2:10.....					73
Kutipan	Ayat	5	Q.S.	Az-	
Zumar/39:53.....					76
Kutipan	Ayat	6	Q.S.	At-	
Tagabun/64:11.....					79
Kutipan	Ayat	7	Q.S.	Ar-	
Ra'd/13:28.....					79
Kutipan	Ayat	8	Q.S.	Al-	
An'am/6:82.....					80
Kutipan	Ayat	9	Q.S.	Az-	
Zumar/39:22.....					80
Kutipan	Ayat	10	Q.S.	Al-Ahzab/	
33:41.....					83
Kutipan Ayat 11 Q.S. Al-A'raf/7:30.....					84
Kutipan Ayat 12 Q.S. Az-Zumar/39:23.....					86
Kutipan	Ayat	13	Q.S.	Al-	
Baqarah/2:155.....					88
Kutipan	Ayat	14	Q.S.	At-	
Talaq/65:3.....					90
Kutipan	Ayat	15	Q.S.	Az-	
Zariyat/51:56.....					91

DAFTAR HADITS

Hadits Istri.....	tentang	baik	kepada	19
Hadits Istri.....	tidak		menjelek-jelekkan	39
Hadits shalat.....			tentang	81

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Kerangka Pikir.....						20
Gambar Perbandingan.....	1.2					Grafik 34
Gambar Wawancara.....	1.3					Tabel 41
Gambar jiwa.....	1.4	Dokumentasi	Wawancara	dengan	dokter	109
Gambar KDRT.....	1.5	Dokumentasi	Wawancara	dengan	Korban	110
Gambar KDRT.....	1.6	Dokumentasi	Wawancara	dengan	Korban	111
Gambar KDRT.....	1.7	Dokumentasi	Wawancara	dengan	Korban	112
Gambar KDRT.....	1.8	Dokumentasi	Wawancara	dengan	Korban	113
Gambar KDRT.....	1.9	Dokumentasi	Wawancara	dengan	Korban	114
Gambar Penelitian.....		Surat				Keterangan 115
Gambar MASAMBA.....	Surat	Izin	Meneliti	di	RSUD ANDI DJEMMA	116

DAFTAR ISTILAH

PTSD	: <i>Post Traumatic Stress Disorder</i>
KDRT	: Kekerasan Dalam Rumah Tangga
Hukum Islam	: Sistem hukum yang berasal dari ajaran Islam
Psikologi Islam	: Cabang psikologi memadukan psikologi modern dengan Islam
CBT	: <i>Cognitive Behavior Therapy</i>
<i>Healing</i>	: Penyembuhan
KBBI	: Kamus Besar Bahasa Indonesia
UUPKDRT	: Undang-Undang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga
<i>Flashback</i>	: Ingatan Kilas Balik
Intrusi	: Pikiran yang Mengganggu
Kognisi	: Proses yang Berkaitan dengan Perpikir, Belajar, dan Memahami
Kognitif	: Kemampuan untuk Berpikir
Terapeutik	: Lebih Luas Mencakup Berbagai Metode Penyembuhan
Psikoterapi	: Metode Mengatasi Gangguan Mental
Metakognisi	: Kesadaran dan Pemahaman Terhadap Proses Berpikir Seseorang
Terapi	: Upaya untuk Memulihkan
Konselor	: Orang yang Memberikan Konseling
Konseling	: Proses Pemberian Bantuan kepada Konseli
Konseli	: Orang yang Sedang Dibantu oleh Konselor
Mindfulness	: Meditasi Melibatkan Kesadaran Penuh terhadap Pikiran, Perasaan.
Psikologi	: Ilmu yang Mempelajari Perilaku, Pikiran, dan Mental Manusia

ABSTRAK

Nurul Andini, 2025. “*Upaya Mengatasi Post-Traumatic Stress Disorder Terhadap Istri Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Perspektif Hukum Islam.* Skripsi Program Studi Hukum Keluarga Islam Fakultas Syariah Institut Agama Islam Negeri Palopo. Dibimbing oleh Pembimbing I H. Haris Kulle dan Pembimbing II Sabaruddin”

Penelitian ini membahas tentang dampak psikologis yang dialami oleh istri korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT), dalam konteks *post-traumatic stress disorder* (PTSD). Fokus utama penelitian ini adalah untuk memahami bagaimana hukum Islam memberikan perlindungan dan solusi terhadap trauma psikologis yang dialami oleh korban. Dengan pendekatan psikologi Islam, penelitian ini berusaha menggabungkan prinsip-prinsip psikologi modern dan ajaran Islam, sehingga dapat memberikan pemahaman yang menyeluruh mengenai kondisi psikologis korban dan upaya pemulihannya.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara mendalam dengan para korban kekerasan dalam rumah tangga untuk menggali pengalaman dan gejala *post-traumatic stress disorder* yang mereka hadapi. Selain itu, penelitian ini juga melibatkan kajian literatur yang relevan untuk memberikan konteks teoritis dan praktik mengenai penanganan PTSD. Pendekatan ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai perspektif hukum Islam terhadap masalah kesehatan mental, serta bagaimana nilai-nilai tersebut dapat diintegrasikan dalam upaya pemulihan bagi istri korban kekerasan dalam rumah tangga.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa upaya mengatasi *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) pada istri korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) memerlukan pendekatan multidisiplin. Pendekatan ini mencakup terapi psikologis, dukungan sosial, serta perlindungan fisik dan emosional. Terapi yang disarankan meliputi psikofarmakoterapi untuk gejala awal PTSD, *cognitive behavior therapy* untuk memproses pengalaman traumatis, dan *self healing*. Dukungan dari keluarga, teman, dan komunitas sangat penting untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung pemulihan. Penelitian ini menekankan bahwa pemulihan PTSD adalah tanggung jawab bersama, melibatkan partisipasi aktif dari lingkungan sekitar. Pendekatan psikologi Islam juga berperan dalam memberikan dukungan spiritual, yang dapat memperkuat proses pemulihan. Temuan ini menegaskan bahwa trauma akibat KDRT berdampak tidak hanya secara fisik, tetapi juga menyebabkan gangguan psikologis jangka panjang yang memerlukan perhatian khusus.

Kata Kunci: KDRT, PTSD, Hukum Islam dan psikologis.

ABSTRACT

Nurul Andini, 2025.

“Efforts to Overcome Post-Traumatic Stress Disorder in Wives of Domestic Violence Victims from the Perspective of Islamic Law.” Undergraduate Thesis, Islamic Family Law Study Program, Faculty of Sharia, State Islamic Institute of Palopo. Supervised by Advisor I H. Haris Kulle and Advisor II Sabaruddin”

This research discusses the psychological impacts experienced by wives who are victims of Domestic Violence (DV), particularly in the context of Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD). The main focus of this study is to understand how Islamic law provides protection and solutions for the psychological trauma suffered by victims. Using an Islamic psychology approach, this research attempts to combine principles of modern psychology with Islamic teachings to offer a comprehensive understanding of the victims’ psychological condition and the recovery efforts involved.

The method used in this study includes in-depth interviews with domestic violence victims to explore their experiences and the PTSD symptoms they face. In addition, a literature review was conducted to provide theoretical and practical context for addressing PTSD. This approach is expected to offer a clear picture of the Islamic legal perspective on mental health issues and how these values can be integrated into recovery efforts for wives who are victims of domestic violence

The findings of this research indicate that overcoming PTSD in wives who are victims of domestic violence requires a multidisciplinary approach. This approach includes psychological therapy, social support, and physical and emotional protection. Recommended therapies include psychopharmacotherapy for initial PTSD symptoms, cognitive behavioral therapy to process traumatic experiences, and self-healing practices. Support from family, friends, and the community is crucial to creating a safe and supportive environment for recovery. This study emphasizes that PTSD recovery is a shared responsibility involving the active participation of the surrounding environment. The Islamic psychology approach also plays a role in providing spiritual support, which can strengthen the recovery process. These findings affirm that trauma resulting from domestic violence impacts not only the physical well-being but also causes long-term psychological disorders that require special attention.

Keywords: *Domestic Violence, PTSD, Islamic Law, Psychological.*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) adalah gangguan kesehatan mental yang dapat muncul setelah individu mengalami atau menyaksikan suatu peristiwa yang traumatis. Kejadian traumatis yang dapat memicu *Post-Traumatic Stress Disorder* umumnya melibatkan ancaman serius terhadap keselamatan fisik atau psikologis seseorang. Peristiwa ini dapat berupa bencana alam, kecelakaan serius, peperangan, pelecehan seksual, atau kekerasan. Ketika seseorang mengalami trauma, otak merekam dan memproses kejadian tersebut secara berbeda dari pengalaman normal sehari-hari yang dapat mengakibatkan perubahan dalam fungsi otak dan sistem saraf.¹

Venna Melinda ibu dari Varel Bramasta yang merupakan seorang aktor Indonesia, mengalami trauma mendalam setelah menjadi korban tindak kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) yang dilakukan oleh suaminya Ferry Irawan. Meskipun telah melaporkan kasus kekerasan tersebut Venna Melinda masih merasakan ketidaktenangan. Luka fisik yang dialaminya memang telah membaik, namun dampak psikologis yang ditinggalkan oleh peristiwa tersebut masih menyisakan bekas.

Ibu dari Varel Bramasta yaitu Venna Melinda mengalami gangguan emosional dan ketakutan yang intens akibat trauma tersebut, yang berdampak pada kualitas tidurnya yang terganggu. Venna Melinda menceritakan kejadian

¹ Erry Oktavia, Yopi Hendro Syahputra, dan Zaimah Panjaitan, Implementasi Metode Certainty Factor dalam Mendiagnosa *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD), *Jurnal Sistem Informasi TGD*, Vol. 2, No. 2, 2023. 192

tersebut yang terjadi di sebuah hotel di Kediri, Jawa Timur mendapat perlakuan kasar dari suaminya saat terlibat cekcok. Venna Melinda juga mengungkapkan bahwa mengalami *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) sebagai akibat dari kekerasan yang dialaminya. Pengakuan ini disampaikan Venna Melinda setelah mendatangi Komnas Perempuan pada hari Selasa, 14 Februari, 2023 untuk berkonsultasi mengenai kondisi yang dialaminya.²

Kekerasan Dalam Rumah Tangga adalah salahsatu bentuk kekerasan yang telah dikenali oleh masyarakat, yang didefinisikan sebagai tindakan agresif terhadap individu atau serangan yang brutal, kejam dan sangat keras yang dapat merusak perasaan seseorang. Menurut Pasal 1 ayat (1) Undang-Undang No. 23 tahun 2004, kekerasan dalam rumah tangga adalah setiap perbuatan terhadap seseorang, terutama perempuan, yang menyebabkan kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, atau penelantaran rumah tangga, termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan seseorang secara melawan hukum di dalam rumah tangga baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang.

Dampak buruk pada kesehatan dalam bentuk fisik maupun psikis, kesejahteraan Istri, dan bahkan dampaknya berlanjut setelah hubungan berakhir yang merupakan akibat dari kekerasan dalam rumah tangga. Efek fisik dan psikologis kekerasan dapat sebanding. Istri yang mengalami kekerasan memiliki

² CNN Indonesia, *Apa Itu PTSD Seperti yang Dialami Venna Melinda Pasca Kasus KDRT*, Februari 15, 2023. <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20230215174639-255-913557/apa-itu-ptsd-seperti-yang-dialami-venna-melinda-pasca-kasus-kdrt>

kesehatan fisik yang lebih buruk secara keseluruhan dan juga memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengembangkan berbagai masalah kesehatan.³

Gejala PTSD bisa muncul dalam waktu satu bulan setelah peristiwa traumatis, tetapi ada juga yang baru muncul bertahun-tahun kemudian. Menurut *National Institute of Mental Health*, seseorang dikatakan mengalami PTSD jika gejalanya berlangsung lebih dari sebulan dan cukup parah sehingga mengganggu hubungan dan pekerjaan. Beberapa orang bisa sembuh dalam 6 bulan, sementara yang lain mungkin mengalami gejala lebih lama, PTSD dapat menjadi kondisi kronis.⁴

Dampak psikologis yang dialami oleh korban KDRT meliputi beberapa kondisi seperti *Post-Traumatic Stress Disorder*. Ancaman, kritik, dan penghinaan yang terus-menerus dialami oleh korban dapat menyebabkan trauma psikologis yang berat.⁵ Mimpi buruk, kecemasan yang parah, pikiran yang sulit dikendalikan, depresi, dan kesedihan berkepanjangan. Korban juga dapat merasakan rendah diri, mempertanyakan perasaan sendiri, bahkan berisiko memiliki pikiran untuk bunuh diri.⁶

Gangguan psikologis seperti *Post-Traumatic Stress Disorder* salah satunya dipengaruhi oleh tindakan KDRT terhadap istri. Gangguan stress pascatrauma atau PTSD muncul seiring dengan tingkat resiliensi yang rendah. Tetapi

³ Ardhiyafara Sidikka Utama dan Tri Kurniati Ambarini, *Cognitive Behaviour Therapy untuk Mengatasi Gejala Post Traumatic Stress Disorder*, *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology*, Vol. 9, No.2, 2023. 246

⁴ Dr. Fadhli Rizal Makarim, *Berapa Lama Gejala dari PTSD dapat Terjadi?* September 8, 2020. <https://www.halodoc.com/artikel/berapa-lama-gejala-dari-ptsd-dapat-terjadi>

⁵ Hasudungan Sinaga, *Mengungkap Realitas dan Solusi Terhadap Kekerasan Dalam Rumah Tangga*, *Jurnal Tinjauan Hukum IBMAM*, Vol. 2, No. 2, 2022. 193

⁶ Rara Anggraeni, Lisda Sofia, dan Muhammad Ali Adriansyah, *Optimisme dan Posttraumatic Growth Pada Istri yang Mengalami Kekerasan Dalam Rumah Tangga*, *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 9, No. 3, 2021. 487

resiliensiakan mempengaruhi kemampuan seseorang untuk bangkit kembali setelah peristiwa traumatis.⁷ Istri yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga sulit memaafkan pelaku kekerasan karena adanya pemikiran negatif dan ruminasi tentang pelaku. Dinamika pengampunan terjadi ketika istri yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga mengubah keinginan mereka untuk menghindari pelaku dan mengurangi keinginan mereka untuk membalas dendam pada pelaku.⁸

Karakteristik kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) mencakup dua jenis kekerasan yang paling umum, yaitu kekerasan fisik dan kekerasan seksual. Kekerasan psikis dan ekonomi juga penting untuk diperhatikan karena dapat memberikan dampak jangka panjang yang serius. Kekerasan fisik dan seksual sering terjadi di lingkungan rumah tangga. Korban biasanya berada dalam posisi yang lemah dan bergantung pada pelaku, sehingga sulit bagi mereka untuk melindungi diri atau mencari bantuan. Selain itu, KDRT sering dianggap tabu dan dianggap sebagai aib dalam keluarga, membuat korban merasa tertekan untuk berbicara.⁹

Upaya mengatasi *Post-Traumatic Stress Disorder* dengan proses yang kompleks dan memerlukan pendekatan yang terintegrasi. Salah satu upaya yang efektif dalam meredakan stres akibat PTSD adalah Farmakoterapi, *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), dan *selfhealing*. Farmakoterapi adalah proses

⁷ Trya Dara Ruidahasi, Validasi Modul Terapi Zikir Istigfar Untuk Meningkatkan Resiliensi Dan Menurunkan Gejala Gangguan Stres Pascatrauma Pada Orang Dewasa, *Jurnal Empati*. Vol, 10. No. 5, 2021. 369

⁸ Hamidiyah Ramadhani, Dinamika Resiliensi Pada Istri Yang Mengalami Kekerasan Dalam Rumah Tangga Dimasa Pandemi, *Jurnal Psikologi Islam dan Kontemporer*, Vol. 3, No. 1, 2023. 176

⁹ Yulian Dwi Nurwanti dan Muhammad Aziz Zaelani, Kekerasan Dalam Rumah Tangga Perspektif Islam, Vol. 16, No. 1, 2023. 118

pengobatan penyakit atau gangguan dengan memanfaatkan obat-obatan yang diberikan melalui resep. Sebagai bagian dari farmakologi, farmakoterapi mencakup berbagai cabang ilmu terkait obat.

Farmakoterapi adalah metode pengobatan yang melibatkan penggunaan obat-obatan. Terapi ini berperan penting dalam menyeimbangkan zat-zat di otak yang dapat memicu kecemasan, kekhawatiran dan depresi atau dengan kata lain berfungsi sebagai terapi untuk mengatasi gejala *post traumatic stress disorder*. Meskipun terapi obat ini bukanlah pilihan utama dalam penanganan PTSD, dapat berfungsi sebagai terapi tambahan (adjuvan) untuk psikoterapi, sehingga hasil yang optimal dalam mengatasi kasus *post traumatic stress disorder* dapat tercapai.¹⁰

Terapi Perilaku Kognitif atau yang dikenal sebagai *Cognitive Behavior Therapy* adalah pendekatan psikoterapi yang fokus pada keterkaitan antara pikiran, emosi, dan tindakan seseorang. Menurut Beck, tujuan dari CBT adalah untuk membantu individu dalam mengidentifikasi dan mengubah pola pikir negatif atau distorsi kognitif yang dapat berkontribusi pada masalah emosional dan perilaku.¹¹

Sejarah Terapi Kognitif Perilaku atau *cognitive behavior therapy* dimulai pada tahun 1960-an, dikembangkan oleh Aaron T. Beck seorang psikiater asal Amerika Serikat di University of Pennsylvania. Aaron T. Beck menemukan bahwa

¹⁰ Yuana Dwi Agustina, Damon Wicaksi, Susilowati, dan Rany Agustin Wulandari, Deteksi Dini PTSD Pada Korban Gunung Semeru di Lumajang, *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, Vol. 1, No.2, 2021. 74

¹¹ Ragil Setyorini, Firman, dan Netrawati, Penerapan Konseling Individu Berbasis Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dalam Meningkatkan Motivasi Siswa, *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 7, No. 2, 2024. 29

banyak gangguan emosional disebabkan oleh pemikiran yang tidak rasional atau salah. Penelitian mengenai *cognitive behavior therapy* menunjukkan bahwa terapi ini efektif dalam mengatasi berbagai masalah kesehatan mental, seperti depresi, kecemasan, gangguan makan, dan *Post-Traumatic Stress Disorder*. Aaron T. Beck berusaha mengembangkan pendekatan terapi yang lebih efektif dengan tujuan yang jelas. Kini ide-idenya telah dikenal secara luas sebagai terapi perilaku kognitif (*Cognitive Behavior Therapy*).¹²

Cognitive Behavioral Therapy berfokus pada ide bahwa dengan melatih dan mengubah pola pikir negatif menjadi positif, dapat mengubah cara berpikir (kognisi) klien yang mengalami masalah kesehatan mental. CBT memiliki prinsip bahwa masalah yang dialami klien tidak disebabkan oleh situasi atau kondisi yang dihadapi, tetapi tergantung pada cara klien menginterpretasikan masalah tersebut dalam pikirannya.¹³

Self healing proses penyembuhan diri yang bertujuan untuk mengatasi luka batin dan gangguan emosional tanpa bergantung pada obat-obatan. Proses ini melibatkan pengeluaran perasaan dan emosi yang terpendam, seperti kemarahan, kesedihan, dan penyesalan, yang dapat mengganggu kesehatan mental seseorang. Istilah "*healing*" berasal dari bahasa Inggris yang berarti penyembuhan. Dalam konteks medis dan psikologis, "*healing*" mencakup pemulihan dari kondisi fisik maupun mental. Seiring dengan meningkatnya kesadaran akan kesehatan mental,

¹² Lusi Ramadhani, Yeni Karneli, dan Netrawati, Studi Literatur: Pendekatan Cognitive Behavior Therapy (CBT) untuk Mengatasi *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) Pada Korban Gempa Bumi, *Jurnal Literasi Pendidikan*, Vol. 1, No. 2, 2022. 467

¹³ Irvan Usman, Israrianty Ishak, Hardiyanti Saleh, dan Dikma Wulansari, Penanganan Dampak Perceraian Terhadap Psikologi Anak Melalui Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy (CBT) Berdasarkan QS. An-Nisa Ayat 35, 2020, 2

istilah "*self healing*" muncul untuk merujuk pada proses individu dalam menyembuhkan diri mereka sendiri dari berbagai masalah emosional, seperti trauma, stres, dan rasa sakit batin.

Perspektif hukum Islam menawarkan pendekatan holistik untuk mengatasi *post traumatic stress disorder* dengan menggabungkan ketenangan spiritual dan penguatan emosional melalui berbagai ibadah. Praktik seperti sholat, dzikir, dan membaca Al-Qur'an tidak hanya menjadi bentuk penghambaan kepada Allah, tetapi juga menjadi sarana terapi yang menenangkan jiwa dan pikiran. Sholat misalnya, menghadirkan momen khushyuk yang mampu meredakan keresahan sementara dzikir membantu hati tetap tenang dengan mengingat Allah dalam setiap keadaan. Membaca Al-Qur'an memberikan pencerahan dan keteduhan melalui kalam-Nya yang penuh hikmah. Melalui ibadah-ibadah ini, Islam menawarkan panduan yang tidak hanya menyentuh aspek spiritual, tetapi juga mendukung proses pemulihan mental dan emosional secara mendalam.

Shalat (salat), dzikir (pengingat Allah), Ikhlas, dan membaca Al-Qur'an adalah cara Islam untuk mengatasi gangguan stres atau *post traumatic stress disorder*. Praktik teknik ini membantu korban menemukan ketenangan dan kebijaksanaan saat menghadapi tantangan kehidupan. Keterampilan dalam mengelola stres diperlukan mengingat efek besar yang ditimbulkan oleh stres. Karena stres adalah ujian dan cobaan dari Allah SWT. Yang terbaik adalah

mempersiapkan diri untuk mengelola stres dengan merencanakan cara berpikir dan bertindak.¹⁴

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian bagi peneliti dapat mengungkapkan sebagai berikut:

1. Bagaimana upaya mengatasi *Post-Traumatic Stress Disorder* terhadap istri korban KDRT?
2. Bagaimana cara mengatasi *Post-Traumatic Stress Disorder* istri korban KDRT perspektif hukum Islam?

C. Tujuan Penulisan

Tujuan penulisan dalam penelitian ini bagi peneliti dapat mengungkapkan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui upaya mengatasi *Post-Traumatic Stress Disorder* terhadap istri korban KDRT.
2. Untuk mengetahui cara mengatasi *Post-Traumatic Stress Disorder* istri korban KDRT perspektif hukum Islam.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini bagi peneliti dapat mengungkapkan sebagai berikut:

1. Secara teoritis, penelitian ini memberikan pemahaman lebih mendalam tentang upaya mengatasi *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) perspektif hukum Islam.

¹⁴ Hendri Setiabudi Sukma, Siti Patimah, Subandi, dan Deden Makbulloh, Strategi Manajemen Stres dalam Perspektif Islam, *Profetik: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Agama Islam*, Vol. 4, No. 1, 2023, 38

2. Secara praktis, penelitian ini diharapkan untuk memberikan wawasan kepada masyarakat dan korban KDRT mengenai upaya mengatasi *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) yang selaras dengan nilai-nilai Islam.

E. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan membantu memberikan pemahaman secara garis besar pada setiap bab Sistematika penulisan pada penelitian ini dibagi menjadi tiga bab sebagai berikut:

Bab I Pendahuluan, berisi tentang: a) Latar belakang; b) Rumusan Masalah; c) Tujuan Penelitian; d) Manfaat Penelitian; dan e) Sistematika Penulisan.

Bab II Kajian Teori, berisi tentang: a) Penelitian Terdahulu yang Relevan; b) Kajian Pustaka; c) Kerangka Pikir

Bab III Metodologi Penelitian, berisi tentang: a) Jenis dan Pendekatan Penelitian b) Waktu dan Lokasi Penelitian; c) Sumber Data; d) Subjek Penelitian; e) Teknik dan Pengumpulan Data; f) Analisis Data; g) Definisi Istilah.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kajian Teori

1. Penelitian Terdahulu yang Relevan

a. Penelitian ini dilakukan oleh Asti Haryati, Neti Herawati, Betaria Soneta, dan Sukma Wardani tahun 2022 yang berjudul “Upaya Konselor Islami Dalam Penanganan Spiritualitas Pada Trauma Kekerasan Dalam Rumah Tangga”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konselor Islam membantu korban kekerasan dalam rumah tangga dengan pendekatan diskusi untuk meningkatkan kesadaran dan semangat. Mereka juga melakukan pendampingan keluarga dan mengajarkan do’a untuk memperkuat spiritualitas, yang berfungsi mengurangi trauma dan memperbaiki kondisi psikologis korban. Kesamaan dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti ini terletak pada fokus penanganan trauma yang dialami oleh korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga serta penerapan pendekatan psikologi terutama psikologi Islam untuk mendukung proses pemulihan mental para korban. Perbedaan penelitian Asti Haryati, Neti Herawati, Betaria Soneta, dan Sukma Wardani dengan penelitian yang peneliti teliti adalah lebih fokus pada peran konselor Islam dalam konteks spiritualitas

dan dukungan langsung kepada korban, serta mendalami cara memperbaiki mindset negatif yang dialami oleh korban KDRT.¹⁵

b. Penelitian ini dilakukan oleh Rivan Adi Saputra Moniy tahun 2023 yang berjudul “Kekerasan Dalam Rumah Tangga Dengan Kesehatan Mental (Harga diri, Depresi, Anxiety Disorder)”. Hasil penelitian ini memberikan pemahaman yang mendalam tentang dampak kekerasan dalam rumah tangga terhadap kesehatan mental perempuan. Penelitian ini mengungkapkan bahwa KDRT memiliki konsekuensi yang serius dan berkelanjutan pada kondisi psikologis para korban. Secara spesifik, menemukan bahwa perempuan yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga memiliki risiko yang jauh lebih tinggi untuk mengembangkan gangguan stress pasca-trauma (PTSD). Persamaan penelitian dalam penelitian yang peneliti lakukan adalah membahas dampak kekerasan dalam rumah tangga terhadap kesehatan mental termasuk *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD). Perbedaan penelitian Nurfitriyana dan Novianty Djafri dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah tidak membahas perspektif hukum Islam dan lebih berfokus pada dampak kesehatan mental secara umum, bukan spesifik pada upaya penanganan *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD).¹⁶

c. Penelitian ini dilakukan oleh Alita Devi tahun 2021 yang berjudul “Studi Fenomenologi: Pengalaman *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) Pada

¹⁵ Asti Haryati, Neti Herawati, Betaria Soneta, dan Sukma Wardani, Upaya Konselor Islami Dalam Penanganan Spiritualitas Pada Korban Trauma Kekerasan Dalam Rumah Tangga, *Jurnal Konseling dan Ilmu Keagamaan*, Vol.9, No, 1. 2022

¹⁶ Rivan Adi Saputra Minoy, Kekerasan Dalam Rumah Tangga Dengan Kesehatan Mental (Harga Diri, Depresi, Anxiety Disorder, *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, Vol. 3, No. 1. 2023

Anak Korban Kekerasan di Provinsi Sumatera Barat". Hasil Penelitian ini menganalisis bahwa Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa anak-anak korban kekerasan mengalami berbagai bentuk trauma psikologis yang berhubungan dengan *Post Traumatic Stress Disorder*. Bentuk kekerasan yang dialami termasuk kekerasan fisik, verbal, pengabaian, dan seksual, yang menyebabkan gejala PTSD seperti mengingat kembali peristiwa kekerasan, kesulitan berkonsentrasi, dan reaksi menghindar. Dampaknya tidak hanya berpengaruh secara fisik, tetapi juga menciptakan perilaku antisosial dan rendahnya rasa percaya diri. Semua partisipan menyatakan harapan untuk mendapatkan dukungan dari keluarga dan masyarakat, serta keinginan untuk mencapai perkembangan psikososial yang lebih baik. Penelitian ini juga menyarankan perlunya pemahaman yang lebih baik dari tenaga kesehatan dan orang tua mengenai faktor penyebab *Post Traumatic Stress Disorder*, serta peningkatan dukungan psikologis bagi anak-anak yang mengalami kekerasan.

Persamaan penelitian dalam penelitian yang peneliti lakukan adalah dalam membahas mengenai dampak kekerasan yang dialami oleh korban. Serta kedua penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman traumatis tersebut dapat menyebabkan gangguan psikologis, khususnya *Post-Traumatic Stress Disorder*. Menekankan pentingnya proses pemulihan psikologis korban serta mengenali gejala-gejala yang ditimbulkan akibat trauma tersebut.¹⁷

d. Penelitian ini dilakukan oleh Nur Firti Rahmawati tahun 2023 yang berjudul "Metode Hipnoterapi dalam Menangani *Post-Traumatic Stress*

¹⁷ Alita Devi, "Studi Fenomenologi: Pengalaman *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) pada Anak Korban Kekerasan di Provinsi Sumatera Barat" (Tesis, Universitas Andalas Padang, 2021)

Disorder (PTSD) pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di DP3AP2KB Provinsi Jawa Tengah". Hasil penelitian menganalisis bahwa Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga yang mengalami *post traumatic stress disorder* biasanya menunjukkan gejala seperti depresi, trauma, dan gangguan stress pascatrauma. Depresi, trauma dan gangguan stress pascatrauma berdampak pada kualitas hidup mereka di masa mendatang. Efektivitas Hipnoterapi, penggunaan metode hipnoterapi terbukti efektif dalam membantu korban kekerasan dalam rumah tangga untuk mengatasi gejala PTSD.

Hipnoterapi dilakukan dengan menurunkan gelombang otak ke tingkat alpha atau theta, sehingga pasien merasa tenang dan lebih terbuka terhadap afirmasi positif. Persamaan penelitian dalam penelitian yang peneliti lakukan adalah berkaitan dengan penanganan *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) pada perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga, dengan masing-masing penelitian menekankan pada dampak psikologis yang dihadapi oleh korban. Dan juga menggunakan pendekatan yang bersifat kualitatif, dengan pengumpulan data melalui wawancara untuk menggali pengalaman subjektif para partisipan. Perbedaan antara penelitian Nur Firti Rahmawati dan penelitian ini terletak pada pendekatan serta metode yang diterapkan dalam menangani PTSD pada perempuan yang menjadi korban KDRT.

Penelitian yang peneliti teliti memilih pendekatan yang mengintegrasikan nilai-nilai spiritual Islam dengan teknik psikoterapi modern, yang berfokus pada pemulihan psikologis melalui metode seperti *Cognitive*

Behavior Therapy (CBT) dan praktik penyembuhan diri (*self healing*), serta menekankan pada ketahanan psikologis korban sebagai bagian dari proses penyembuhan. Sebaliknya, penelitian Nur Firti Rahmawati hanya berfokus pada penggunaan hipnoterapi sebagai metode terapi utama dalam mengatasi PTSD.¹⁸

e. Penelitian ini dilakukan oleh Ikmal tahun 2024 yang berjudul “Gangguan Stress Pasca Trauma Pada Perempuan Yang Mengalami KDRT Di Kabupaten Pinrang”. Hasil penelitian menganalisis bahwa korban mengalami *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) yang signifikan akibat perlakuan KDRT yang mereka terima, kondisi mental dan fisik mereka sangat membutuhkan dukungan yang kuat untuk pemulihan. Persamaan penelitian dalam penelitian yang peneliti lakukan adalah kedua penelitian membahas tentang korban KDRT khususnya perempuan dan dampak yang ditimbulkan yaitu PTSD. Perbedaan penelitian Ikram dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah penelitian Ikram lebih menekankan pada dukungan sosial dan pemicu KDRT, sedangkan penelitian yang peneliti memiliki rumusan masalah yang lebih spesifik mengenai upaya mengatasi PTSD dan perspektif hukum Islam.¹⁹

2. Kajian Pustaka

a. *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD)

Post-Traumatic Stress Disorder adalah gangguan psikologis seperti kecemasan akibat dari mengalami sesuatu atau menyaksikan secara langsung

¹⁸ Nur Firti Rahmawati, "Metode Hipnoterapi dalam Menangani *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di DP3AP2KB Provinsi Jawa Tengah" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, 2023).

¹⁹ Ikmal, "*Gangguan Stress Pasca Trauma Pada Perempuan Yang Mengalami KDRT Di Kabupaten Pinrang*" (Skripsi, Institut Agama Islam Negeri Pare-Pare, 2024). 9

suatu kejadian yang berujung traumatik. PTSD, gangguan yang berhubungandengan kondisi psikologis seseorang yang mengalami peristiwa pertempuran peperangan. Bencana alam, terorisme, kecelakaan serius, serta kekerasan fisik dan pemerkosaan adalah contoh ancaman psikologis. *Post-Traumatic Stress Disorder* kondisi psikologis yang mempengaruhi seseorang yang mengalami peristiwa tragis atau luar biasa.²⁰

Reaksi maladaptif yang berkepanjangan terhadap peristiwa traumatis seperti kematian, cedera fisik yang serius, atau ancaman keselamatan, dikenal sebagai *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD). *Post-Traumatic Stress Disorder* dapat muncul beberapa bulan atau tahun setelah peristiwa traumatis, tetapi dapat bertahan berbulan-bulan hingga bertahun-tahun.²¹

b. Kekerasan Dalam Rumah Tangga

1) Definisi KDRT

Kamus Besar Bahasa Indoensia (KBBI) Kontemporer mendefinisikan kekerasan sebagai perilaku keras, paksaan, atau perbuatan menyebabkan kerusakan fisik atau barang orang lain. Namun, kekerasan didefinisikan sebagai penggunaan kekuatan fisik untuk melukai atau menganiaya, perlakuan atau prosedur yang kasar dan keras. Dilecehkan atau terluka karena pelanggaran yang salah, atau ucapan tidak senonoh

²⁰ Aji Wahyu Santoso dan Erny Herlin Setyorini, Pertanggungjawaban Hukum Anak Pelaku Tindak Pidana Pembunuhan yang Mengalami Post-Traumatic Syndrome Disorder, *Jurnal Hukum dan Tata Kelola Sosial Politik Indonesia*, Vol. 3 No. 1, 2023. 421

²¹ Siti Dini Fakhriya, Post-Traumatic Stress Disorder dalam Perspektif Islam, *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 10, No. 1, 2022. 234

atau kejam suatu hal yang kuat, bergejolak, dan memiliki kecenderungan untuk menghancurkan atau memaksa.²²

Kekerasan dalam lingkup domestik dapat diartikan sebagai tindakan penyiksaan terhadap pasangan, perundungan dalam ikatan pernikahan, penganiayaan terhadap istri, atau bentuk kekerasan yang terjadi dalam unit keluarga. Berdasarkan ketentuan yang tercantum dalam Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004 mengenai Eliminasi Kekerasan Dalam Rumah Tangga (UUPKDRT), khususnya pada Pasal 1 ayat 1 :

"Kekerasan dalam Rumah Tangga adalah setiap perbuatan terhadap seseorang, terutama perempuan, yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, dan/atau penelantaran rumah tangga termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dalam lingkup."²³

2) Jenis-jenis KDRT

Menurut Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga Pasal 5 meliputi:

- a) Kekerasan fisik, berdasarkan Pasal 6 Undang-Undang PKDRT kekerasan fisik adalah perbuatan yang mengakibatkan rasa sakit, jatuh sakit atau luka berat.
- b) Kekerasan psikis, berdasarkan Pasal 7 Undang-Undang PKDRT kekerasan psikis adalah perbuatan yang mengakibatkan ketakutan,

²² Munandar Sulaiman & Siti Homzah, *Kekerasan Terhadap Perempuan*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2020). 51

²³ Indira Swasti Gama Bhakti & Tri Agus Gunawan, Upaya Preventif Aparat Desa Dalam Penanggulangan Kasus Kekerasan Dalam Rumah Tangga, *Jurnal Administrasi Publik dan Pemerintahan Daerah*, Vol. 4, No. 1, 2020. 51

hilangnya rasa percaya diri, hilangnya rasa untuk bertindak, rasa tidak berdaya dan penderitaan psikis berat pada seseorang.

c) Kekerasan seksual, Pasal 8 UU PKDRT

d) Penelantaran rumah tangga, berdasarkan Pasal 9 UU PKDRT.²⁴

c. Hukum Islam

Hukum Islam merupakan sistem hukum yang bersumber dari ajaran agama Islam. Istilah hukum Islam sering disamakan dengan syariah, meskipun keduanya memiliki cakupan yang sedikit berbeda. Syariah, secara etimologi berarti “jalan yang harus diikuti”. Dalam konteks hukum Islam, syariah mengacu pada hukum-hukum yang ditetapkan oleh Allah SWT untuk mengatur kehidupan manusia secara komprehensif.

Perspektif hukum Islam, KDRT dapat didefinisikan sebagai segala bentuk tindakan yang melanggar prinsip-prinsip *mu'asyarah bil ma'ruf* (pergaulan yang baik) dalam rumah tangga, yang mengakibatkan penderitaan fisik, psikis, seksual, atau pelantaraan terhadap anggota keluarga.²⁵ Definsi ini mencerminkan pemahaman komprehensif tentang KDRT yang tidak hanya terbatas pada kekerasan fisik, tetapi juga mencakup aspek-aspek lain yang dapat merusak keharmonisan dan kesejahteraan keluarga.

²⁴ Mega Oktavia Simamora, Melani Octaviani Malau, Naomi Juliana Simanjuntak, & Putri Jelita Hutasoit, Dampak Kekerasan Rumah Tangga Terhadap Gangguan Kedewasaan Anak, *Jurnal Pendidikan dan Sosial Humaniora*, Vol. 2, No. 2, 2022. 125

²⁵ Husein Muhammad, “*Fiqh Perempuan: Refleksi Kiai atas Wacana Agama dan Gender*” (Jakarta: Qalam, 2012) 156

Al-Qur'an, yang merupakan rujukan utama dalam hukum Islam, menyediakan tuntunan komprehensif mengenai cara membangun dan menjaga dalam hubungan keluarga. Salahsatu ayat yang kerap menjadi acuan adalah firman Allah dalam Surah An-Nisa ayat 34:

الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ ۚ فَالصَّالِحَاتُ قَنَاطٌ حَفِظَتْ لِّلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ ۗ وَالَّتِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَاهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَاضْرِبُوهُنَّ ۚ فَإِنِ اطَّعْنَكُمْ فَلَا تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلًا ۗ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا كَبِيرًا

Terjemahnya:

Laki-laki (suami) adalah penanggung jawab atas para perempuan (istri) karena Allah telah melebihkan sebagian mereka (laki-laki) atas sebagian yang lain (perempuan) dan karena mereka (laki-laki) telah menafkahkan sebagian dari hartanya. Perempuan-perempuan saleh adalah mereka yang taat (kepada Allah) dan menjaga diri ketika (suaminya) tidak ada karena Allah telah menjaga (mereka). Perempuan-perempuan yang kamu khawatirkan akan nusyuz, berilah mereka nasihat, tinggalkanlah mereka di tempat tidur (pisah ranjang), dan (kalau perlu,) pukullah mereka (dengan cara yang tidak menyakitkan). Akan tetapi, jika mereka menaatimu, janganlah kamu mencari-cari jalan untuk menyusahkan mereka. Sesungguhnya Allah Maha tinggi lagi Maha besar.²⁶

Ayat ini menekankan pentingnya perlakuan yang baik (*Ma'ruf*) terhadap pasangan dalam kehidupan berumah tangga. Menurut tafsir kontemporer, kata "*Ma'ruf*" dalam ayat ini mengandung makna yang luas,

²⁶ Kementerian Agama Republik Indonesia, Al-Qur'an dan Terjemahannya, (Jakarta: Kementerian Agama RI) 2021

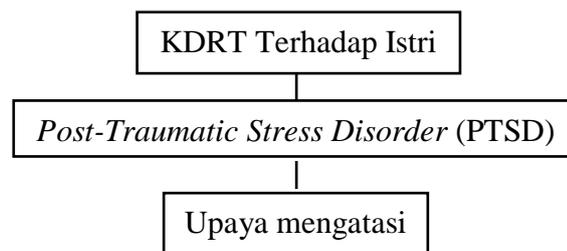
mencakup segala bentuk kebaikan yang dikenal dan diterima oleh masyarakat serta sesuai dengan ajaran agama. Ini meliputi sikap lemah lembut, perkataan yang baik, perlakuan yang adil, dan pemenuhan hak-hak pasangan. Sesuai dengan hadis yang diriwayatkan oleh Imam Tirmidzi:

عَنْ عَائِشَةَ قَالَتْ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ خَيْرُكُمْ خَيْرُكُمْ لِأَهْلِهِ وَأَنَا خَيْرُكُمْ لِأَهْلِي وَإِذَا مَاتَ صَاحِبُكُمْ فَدَعُوهُ. (رواه الترمذي).

Artinya:

“Dari Aisyah dia berkata; Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: “Sebaik-baik kalian adalah yang paling baik terhadap isterinya, dan aku adalah orang yang paling baik terhadap isteriku, apabila sahabat kalian meninggal dunia maka biarkanlah dia (tinggalkanlah dia jangan membicarakan keburukan- keburukannya)”. (HR. At-Tirmidzi).²⁷

3. Kerangka Pikir



²⁷ Abu Isa Muhammad bin Isa bin Saurah, *Sunan At-Tirmidzi*, Kitab. Al-Manaaqib, Juz. 5, No. 3921, (Beirut- Libanon: Dar al-Fikr, 1994), h. 475.



Kerangka pikir dalam penelitian ini diawali dengan eksplorasi fenomena Kekerasan Dalam Rumah Tangga yang menimpa individu dalam relasi keluarga, terutama istri sebagai korban. Tindak kekerasan dalam lingkup rumah tangga yang memanifestasi dalam bentuk kekerasan fisik, intimidasi emosional, ataupun tekanan psikologis, menciptakan konsekuensi signifikan terhadap kesejahteraan mental korban. Salah satu dampak yang paling signifikan adalah munculnya gangguan mental berupa *Post-Traumatic Stress Disorder*. Garis yang menghubungkan kekerasan dalam rumah tangga dengan PTSD menunjukkan hubungan sebab akibat, di mana pengalaman trauma berat akibat kekerasan menjadi pemicu utama dari gangguan tersebut.²⁸

Penelitian ini berfokus pada upaya mengatasi *post traumatic stress disorder* yang dialami oleh korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT). Terdapat hubungan logis antara PTSD dan upaya penyembuhan yang menunjukkan bahwa setelah dampak trauma teridentifikasi penting untuk melakukan intervensi guna membantu korban memulihkan kesehatan mental mereka. Upaya tersebut dibagi menjadi dua pendekatan utama, yaitu psikologi modern dan pendekatan psikologi Islam. Islam.²⁹

²⁸ Widyastuti, Pendekatan Multidisiplin dalam Penanganan PTSD pada Korban KDRT, *Jurnal Kesehatan Menrak*, Vol. 5 No. 3, 2021. 78-95

²⁹ Rahman, Integrasi Pendekatan Psikologi Modern dan Nilai Islam dalam Penanganan Trauma, *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 4, No. 2, 2022. 110

Psikologi modern fokus pada intervensi yang didasarkan pada ilmu pengetahuan terkini, seperti terapi kognitif atau terapi perilaku yang telah terbukti secara ilmiah membantu korban mengatasi trauma. Di sisi lain, pendekatan psikologi Islam menekankan pentingnya spiritualitas dan nilai-nilai agama sebagai kekuatan dalam proses penyembuhan. Meskipun keduanya memiliki metode yang berbeda, garis penghubung antara kedua pendekatan ini menunjukkan bahwa keduanya dapat saling melengkapi untuk memberikan solusi menyeluruh bagi korban.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan pendekatan penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *mixed method* (metode campuran). Pendekatan penelitian yang mengkombinasikan bentuk kuantitatif dan

kualitatif adalah metode yang menggabungkan kedua jenis penelitian tersebut secara bersamaan. Pendekatan ini memanfaatkan kekuatan masing-masing jenis penelitian sehingga menghasilkan penelitian yang lebih kuat dan komprehensif dibandingkan hanya menggunakan satu pendekatan saja.³⁰

Penelitian ini menggunakan pendekatan Psikologi Islam untuk memahami kondisi psikologis korban PTSD akibat kekerasan dalam rumah tangga. Psikologi Islam memadukan prinsip psikologi modern dengan ajaran Islam, melihat trauma tidak hanya sebagai gangguan mental tetapi juga sebagai persoalan spiritual. Pendekatan ini menyoroiti dampak trauma pada hubungan seseorang dengan Tuhan.

B. Fokus penelitian

Penelitian ini bertujuan memahami perlindungan dan solusi hukum Islam terhadap trauma psikologis yang dialami istri korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT). Pendekatan psikologi Islam digunakan untuk penyembuhan mental dan spiritual korban. Fokusnya adalah integrasi hukum Islam yang melindungi hak korban dengan strategi berbasis spiritualitas, seperti dzikir, do'a, dan konseling Islami. Pendekatan ini memberikan solusi komprehensif yang sesuai dengan kebutuhan emosional, sosial, dan keagamaan korban.

C. Definisi Istilah

a. Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)

Tindak Kekerasan Dalam Rumah Tangga merupakan segala bentuk perbuatan yang ditujukan kepada seseorang khususnya kaum perempuan, yang

³⁰ Hendrayadi, Martin Kustati, dan Nana Sepriyanti, Mixed Method Research, *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, Vol. 6, NO. 4. 2023, 2403

mengakibatkan munculnya kesusahan atau penderitaan baik secara jasmani, hubungan intim, kejiwaan, dan pengabaian tanggung jawab rumah tangga, termasuk di dalamnya upaya mengintimidasi, memaksa, serta merampas kebebasan yang bertentangan dengan ketentuan hukum dalam konteks kehidupan berumah tangga.³¹

b. *Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD)*

Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) adalah kondisi kesehatan jiwa yang disebabkan oleh peristiwa traumatis, baik dengan mengalaminya sendiri maupun menyaksikannya. Kebanyakan orang yang mengalami trauma akan menghadapi tantangan saat menjalaninya, tetapi dengan waktu dan perawatan diri yang baik, tantangan akan menjadi lebih mudah. Seseorang dapat mengalami *Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD)* jika pengalaman traumatis tersebut terus mengganggu dan membuatnya sulit menjalani hidup.

c. Hukum Islam

Hukum Islam adalah hukum yang diturunkan Allah Swt, kepada Rasulullah untuk diajarkan kepada orang-orang agar mereka selamat baik di dunia maupun diakhirat. Hukum Islam adalah aturan utama yang ditetapkan Allah Swt,

³¹ Fitriani & Ade Yuliany Siahaan, Tindak Pidana Penelantaran Rumah Tangga Ditinjau Berdasarkan Undang-Undang 23 Tahun 2004 Tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga dan Hukum Islam, *Jurnal Hukum Tata Negara dan Hukum Administrasi Negara*, Vol. 3, No. 1, 2024. 328

memulai Nabi Muhammad yang harus diikuti oleh orang-orang yang beragama Islam berdasarkan iman, sesama manusia dan dengan segala sesuatu. Dengan kata lain, hukum Islam merupakan standar ketentuan-Nya.³²

D. Sumber Data

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Primer, sumber data primer dalam penelitian ini adalah data yang berasal dari wawancara langsung dengan narasumber yang memiliki pengalaman terkait topik yang diteliti, *post traumatic stress disorder* terhadap istri korban kekerasan dalam rumah tangga. Data primer ini memberikan informasi langsung dan otentik mengenai pengalaman korban terhadap trauma yang korban alami.³³
- b. Sekunder, sumber data sekunder adalah sumber data yang menganalisis, menginterpretasi, atau membahas sumber data primer. Dalam penelitian ini, sumber data sekunder meliputi buku, jurnal, artikel tentang hukum Islam, psikologi Islam, Psikoterapi Islam, psikologi modern, dan upaya mengatasi *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) terhadap istri korban KDRT, beserta jurnal dan artikel yang relevan terkait dengan penelitian yang dikaji.

E. Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan kombinasi metode kuantitatif dan kualitatif dengan pendekatan psikologi Islam. Instrumen kuantitatif dirancang untuk mengukur tingkat gangguan stres pascatrauma melalui studi kepustakaan

³² Achmad Irwan Hamzani, *Hukum Islam dalam Sistem Hukum di Indonesia*, (Jakarta: Kencana A 2020) 16

³³ Darmalaksana, *Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka dan Studi Lapangan*. (UIN Sunan Gunung Djati Bandung 2021) 1-6

psikologis. Fokus pengukuran meliputi gejala kecemasan, gangguan tidur, kilas balik trauma (*flashback*), dan dampaknya pada kehidupan sehari-hari. Pendekatan ini bertujuan mengidentifikasi gejala PTSD pada istri korban kekerasan dalam rumah tangga.

Penelitian ini menggunakan wawancara mendalam sebagai instrumen kualitatif untuk memahami pengalaman korban kekerasan dalam rumah tangga yang mengalami *post-traumatic stress disorder*. Tujuan wawancara adalah mengidentifikasi gejala stres yang dialami korban. Selain itu, penelitian ini juga menggunakan metode *mixed method* yang menggabungkan data kuantitatif dan kualitatif. Data kuantitatif digunakan untuk mengukur tingkat pengaruh PTSD terhadap korban, sedangkan data kualitatif memberikan konteks pengalaman mereka. Analisis kedua jenis data dilakukan secara bersamaan untuk menghasilkan kesimpulan yang komprehensif dan mendalam.

F. Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data merupakan serangkaian metode pengumpulan data pustaka, membaca, dan mencatat serta mengolah bahan penelitian. Teknik pengumpulan data meliputi:

a. Wawancara

Penelitian ini menggunakan wawancara sebagai metode utama untuk mengumpulkan data. Wawancara dilakukan dengan korban kekerasan dalam rumah tangga untuk memahami pengalaman mereka terkait dengan PTSD.

Pertanyaan diajukan untuk menggali gejala yang dialami mengenai kondisi psikologis korban.

b. *Literature Review*

Literature review adalah proses mencari, menganalisis, dan mengevaluasi secara sistematis berbagai sumber informasi yang relevan dengan topik penelitian. Proses *literature review* ini membantu peneliti untuk membangun pemahaman yang komprehensif tentang keadaan terkini (*state of the art*) dalam bidang Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT), *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD).

Teknik pengumpulan data dalam *literature review*, peneliti menggunakan kata kunci yang relevan untuk mencari buku, jurnal, atau artikel di berbagai database seperti *Google Scholar*. Pemilihan kata kunci yang tepat sangat penting untuk menemukan sumber yang relevan.

G. Pemeriksaan keabsahan data

Pemeriksaan keabsahan data merupakan tahap penting dalam proses penelitian *mixed method* (metode campuran) untuk memastikan bahwa hasil penelitian dapat dipercaya, valid, dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah. Dalam penelitian ini, keabsahan data menjadi sangat krusial mengingat sensitivitas topik dan kompleksitas interaksi antara upaya mengatasi *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) dan perspektif hukum Islam.

H. Teknik pengolahan dan analisis data

a. Teknik pengolahan data

Pengolahan data berfokus pada tiga aspek utama yaitu *editing*, *recording*, dan *organizing*. Ketiga aspek ini memiliki peran krusial dalam mengelola dan menganalisis data yang diperoleh dari berbagai sumber kepustakaan. *Editing*, proses ini melibatkan pemeriksaan akurat atas transkrip wawancara yang telah dilakukan. Mengingat topik kepekan mengenai *post traumatic stress disorder* dan KDRT, memastikan bahwa transkrip mencerminkan dengan benar apa yang diucapkan oleh informan sangat penting untuk menjaga integritas data.³⁴

Recording, proses mengorganisir dan mendokumentasikan informasi yang telah dikumpulkan dan diedit. Tahap ini sangat penting untuk memudahkan analisis dan penulisan hasil penelitian. *Organizing*, tahap dimana dalam mempersiapkan data untuk analisis. Proses ini melibatkan penyusunan dan kategorisasi data secara sistematis untuk memudahkan interpretasi dan penarikan kesimpulan.

b. Analisis data

Analisis data dalam konteks penelitian merupakan proses sistematis untuk mengolah, memeriksa, dan menafsirkan informasi yang telah dikumpulkan guna memperoleh pemahaman mendalam dan menghasilkan temuan yang bermakna pada penelitian Upaya Mengatasi PTSD Terhadap Istri Korban KDRT Perspektif Hukum Islam.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

³⁴ Salsabila Miftah Rezkia, Metode Pengolahan Data: Tahapan Wajib yang Dilakukan Sebelum Analisis Data, 29 Juni 2021, <https://dqqlab.id/metode-pengolahan-data-tahapan-wajib-yang-dilakukan-sebelum-analisis-data>

A. Upaya Mengatasi *Post-Traumatic Stress Disorder* Terhadap Istri Korban KDRT

Post traumatic stress disorder (PTSD) merupakan suatu kondisi pada kesehatan mental yang timbul setelah seseorang mengalami atau menyaksikan kejadian yang menimbulkan trauma. Individu yang pernah menghadapi peristiwa traumatis umumnya merasakan kesulitan, tetapi dengan berjalannya waktu dan penanganan diri yang tepat, kesulitan tersebut dapat berangsur membaik. Akan tetapi, bila pengalaman yang menimbulkan trauma tersebut tetap membayangi dan mengganggu aktivitas keseharian, maka individu tersebut dapat dinyatakan menderita PTSD.

Trauma dapat diartikan sebagai cedera parah, yakni suatu pengalaman yang menyebabkan kerusakan baik pada aspek fisik maupun kejiwaan seseorang. Pengalaman yang mengakibatkan gangguan fungsi tubuh maupun mental dapat digolongkan sebagai trauma. Gangguan Stres Pasca-Trauma atau *post traumatic stress disorder* merupakan tekanan perasaan yang amat berat yang dapat dialami oleh hampir setiap orang setelah menghadapi peristiwa yang menimbulkan trauma.³⁵

Post traumatic stress disorder disebabkan oleh kejadian traumatis yang sangat melemahkan dan seringkali tidak dapat dikendalikan (*stressor ekstrem*) yang bisa terjadi akibat pengalaman langsung atau tidak langsung dari suatu

³⁵ Malayo Cindho Berliana, Abdur Razzaq, dan Zhila Jannati, Penerapan Konseling Individu Dengan Teknik Cognitive Restructuring Untuk Mengatasi Post Traumatic Stress Disorder, *Jurnal Konseling Masyarakat*, Vol. 1, No. 2. 2023. 205

peristiwatraumatis.³⁶ *Post-Traumatic Stress Disorder* bukan hanya disebabkan oleh peristiwa besar yang melibatkan banyak orang, tetapi juga dapat muncul dari pengalaman individu.

Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) merupakan kondisi kejiwaan yang dapat muncul pada individu yang telah mengalami atau menyaksikan kejadian yang menimbulkan trauma, rangkaian peristiwa, atau keadaan tertentu. Kondisi ini dapat dipandang sebagai sesuatu yang membahayakan baik secara emosi maupun fisik atau mengancam keselamatan dan dapat mempengaruhi kesehatan fisik, mental, hubungan sosial, dan/atau rohani seseorang. Beberapa contohnya adalah bencana alam, aksi terorisme, situasi perang atau konflik bersenjata, kekerasan, serangan seksual, pengalaman traumatis di masa lampau, penganiayaan oleh pasangan dan intimidasi berkepanjangan.³⁷ Gangguan ini merupakan masalah psikologis yang serius. Penderita *Post-Traumatic Stress Disorder* sering kali diingatkan kembali akan peristiwa traumatis yang mereka alami, yang dapat mengganggu pikiran, menimbulkan emosional yang tidak stabil, serta menghasilkan keyakinan negatif tentang diri sendiri.³⁸

Kemunculan gejala *Post-Traumatic Stress Disorder* bervariasi. Beberapa orang mungkin mengalami gejala dalam waktu satu bulan setelah kejadian traumatis, sementara yang lain bisa baru merasakannya bertahun-tahun kemudian.

³⁶ Suprataba, Ariyanti Saleh, dan Takdir Tahir, Penatalaksanaan Psikologis Pada Penderita Post Traumatic Stress Disorder, *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, Vol. 4, No. 1, 2021. 10

³⁷ Monica Taylor Desir, *What Is Post Traumatic Stress Disorder (PTSD)?*, November 2022, <https://www.psychiatry.org/patients-families/ptsd/what-is-ptsd>

³⁸ Evi Winingsih, M.Ramli, dan Carolina Ligya Radyah, Konseling Eye Movement Desensitization and Reprocessing Dalam Mengatasi Post Traumatic Stress Disorder, *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, Vol.4, No. 2, 2021. 216

Gejala PTSD umumnya Ingatan intrusif (*flashback*) tentang kejadian traumatis, menghindari dari situasi atau tempat yang mengingatkan pada trauma, perubahan negatif dalam cara berpikir dan suasana hati, dan perubahan reaksi fisik dan emosional.³⁹

Gejala dan tanda *Post-Traumatic Stress Disorder* dapat bervariasi dalam tingkat keparahan dan terbagi menjadi empat kategori:

1. Intrusi: Pikiran yang mengganggu, seperti kenangan yang berulang, tidak disengaja, mimpi yang menyakitkan, atau ingatan traumatis Kilas balik dapat begitu jelas sehingga orang merasa seolah-olah mereka mengulangi atau melihat pengalaman traumatis di depan mata mereka.⁴⁰
2. Penghindaran: Individu cenderung menghindari orang, tempat, kegiatan, objek, atau situasi yang mengingatkan mereka pada peristiwa traumatis. Mereka juga menghindari mengingat, membicarakan, atau memikirkan peristiwa tersebut.
3. Perubahan Kognisi dan Suasana Hati: Ini meliputi kesulitan mengingat detail penting dari peristiwa traumatis; munculnya pikiran dan perasaan negatif tentang diri sendiri atau orang lain; perasaan marah, bersalah, atau malu; kehilangan minat dalam kegiatan yang sebelumnya disukai; serta merasa terasing dari orang lain.
4. Perubahan Tingkat Gairah dan Reaktivitas: Gejala ini termasuk mudah tersinggung, ledakan kemarahan, perilaku sembrono atau merusak diri, sangat

³⁹ Fikran Omar dan Randa Putra Kasae Sinaga, Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) Terhadap Pasien Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD), *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sosial dan Humaniora*, Vol, 1. No, 2. 2022. 216

⁴⁰ Monica Taylor Desir, *What Is Post Traumatic Stress Disorder (PTSD)?*, November 2022, <https://www.psychiatry.org/patients-families/ptsd/what-is-ptsd>

waspada, mudah terkejut, serta kesulitan berkonsentrasi atau tidur.⁴¹

Dampak besar yang tidak menyenangkan dari Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) jika dibiarkan tanpa perawatan meliputi terjadinya kilas balik, kesulitan tidur, ledakan amarah, perasaan bersalah, serta penghindaran terhadap hal-hal yang mengingatkan akan peristiwa traumatis dan kehilangan minat pada aktivitas yang disukai. Gangguan ini dapat menghambat kemampuan untuk percaya, berkomunikasi, dan memecahkan masalah. Selain itu, PTSD juga dapat mempengaruhi kesehatan fisik, seperti meningkatkan risiko penyakit jantung dan gangguan pencernaan. Oleh karena itu, penderita PTSD memerlukan dukungan dan perhatian dari lingkungan sekitar karena kondisi mereka yang tidak stabil membutuhkan keterlibatan orang lain dalam proses penyembuhan fisik dan psikologis.⁴²

Post-Traumatic Stress Disorder gangguan mental yang terkait dengan kekerasan yang dialami oleh seorang istri dari pasangan intimnya. Kekerasan tersebut dapat berfungsi sebagai prediktor yang signifikan terhadap munculnya PTSD. Kekerasan yang dialami istri dapat berdampak signifikan pada kondisi psikologis. Kondisi psikologis yang dialami istri dapat menyebabkan luka batin yang berlangsung lama dan potensi trauma akibat kejadian kekerasan. Trauma ini

⁴¹ Cohen Veterans Bioscience, *Post-Traumatic Stress Disorder*, Mei 2023. https://www.cohenveteransbioscience.org/resource/about-brain-trauma/post-traumatic-stress-disorderptsd/?utm_source=google&utm_medium=cpc&utm_campaign=googlegrant&gad_source=1&gclid=CjwKCAiApY7BhBjEiwAQMrrEWmPv4Dkk8EN3m_6o5sk0DpDy0R9NPuLfib2wfe_k1F_aYLaaY64mxoCLCYQAvD_BwE

⁴² Malayo Cindho Berliana, Abdur Razzaq, dan Zhila Jannati, Penerapan Konseling Individu Dengan Teknik Cognitive Restructuring Untuk Mengatasi Post Traumatic Stress Disorder, *Jurnal Konseling Masyarakat*, Vol. 1, No. 2. 2023. 206

muncul akibat serangan emosional yang ekstrem dari suami, membuat istri merasa sangat takut dan tertekan dalam lingkungan rumah.⁴³

Korban kekerasan tidak hanya istri, tetapi juga suami. Namun, kejadian kekerasan terhadap istri lebih banyak terjadi di masyarakat. Hal ini disebabkan oleh ketimpangan kekuasaan antara perempuan dan laki-laki yang umum diterima. Akibat dari kekerasan, korban sering merasa tidak berdaya secara psikologis. Perasaan tersebut dapat menyebabkan motivasi dan energi yang rendah serta membuat istri sulit mengidentifikasi dan menghindari situasi yang berpotensi mengarah pada kekerasan.⁴⁴

Keterangan dari Komnas Perempuan menyatakan bahwa kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) sering terjadi karena adanya ketidaksetaraan dan ketidakadilan gender. Dalam masyarakat Indonesia, masih terdapat stigma yang membuat perempuan dipandang lebih rendah. Akibatnya, posisi dan keberadaan perempuan sering diabaikan. Terdapat pandangan yang kontradiktif antara laki-laki dan perempuan, dianggap kuat dan mandiri, sedangkan perempuan dianggap lemah dan manja. Laki-laki sering kali dianggap lebih layak menjadi pemimpin karena dikaitkan dengan rasionalitas, sementara perempuan dianggap tidak mampu memimpin karena dianggap terlalu emosional.⁴⁵

⁴³ Mada Kartikasari, dan Fuad Nashori, Efektivitas Terapi Zikir Istighfar Untuk Mengurangi Gejala Gangguan Stress Pascatrauma Pada Istri Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga, *Jurnal Psikologi*, Vol. 5, No. 2, 2022. 84

⁴⁴ Ardhiyafara Sidikka Utama dan Tri Kurniati Ambarini, Cognitive Behavior Therapy To Treat Symptoms Of Post Traumatic Stress Disorder, *Jurnal Psikologi Profesional*, Vol. 9. No. 2. 2023. 246

⁴⁵ Titania Tamaris, Peran Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A) Dalam Pemberdayaan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga, *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat*, Vol. 2, No. , 2021. 41

Data yang dikumpulkan oleh Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA) menunjukkan bahwa jumlah kasus kekerasan di Indonesia mencapai 18.466 kasus selama tahun 2023, dengan 16.351 kasus perempuan (88,5% dari total kasus) dan 11.324 kasus (61,3%) merupakan kasus Kekerasan Dalam Rumah Tangga. Jumlah korban KDRT di Indonesia mencapai 12.158 orang, yang merupakan jumlah tertinggi dibandingkan dengan kategori lainnya.⁴⁶

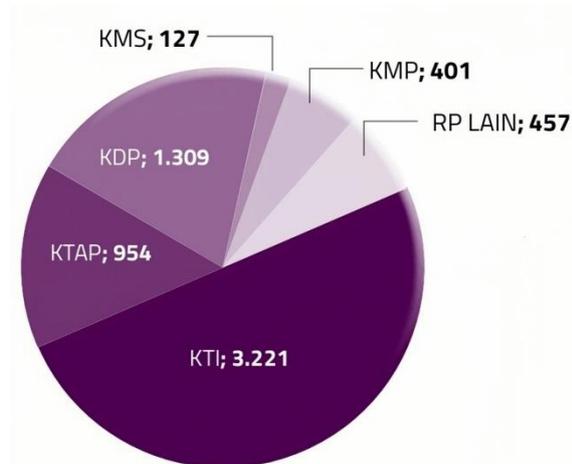
Tindak kekerasan yang menimpa perempuan dalam lingkup pribadi terdiri dari beragam bentuk, yang menunjukkan berbagai jenis penganiayaan yang dilakukan terhadap para korban. Bentuk-bentuk tersebut meliputi Kekerasan Terhadap Istri (KTI), Kekerasan dalam Pacaran (KdP), Kekerasan Terhadap Anak Perempuan (KTAP), Kekerasan Mantan Suami (KMS) dan Mantan Pacar (KMP), serta penganiayaan terhadap pembantu rumah tangga dan dalam konteks hubungan pribadi lainnya.

Laporan Tahunan KOMNAS 2020 memperlihatkan bahwa angka kekerasan terbanyak dalam ruang lingkup KDRT/hubungan personal adalah Penganiayaan Terhadap Istri, yang berjumlah 3.221 kasus atau setengah dari jumlah keseluruhan kasus pada tahun sebelumnya, diikuti oleh Kekerasan dalam Pacaran dengan 1.309 kasus atau 20%, dan selanjutnya Kekerasan Terhadap Anak Perempuan dengan 954 kasus atau 15%. Kasus lainnya terdiri dari 401 kasus (6%) kekerasan Mantan Pacar, 127 kasus (2%) Kekerasan Mantan Suami dan 457 kasus (7%) dari bentuk kekerasan lain dalam ranah pribadi. Bila dibandingkan dengan

⁴⁶ Sali Susiana dan Dwiarti Simanjuntak, *Kekerasan dalam Rumah Tangga dan Implementasi UU PKDRT*, Pusat Analisis Keparmeleman Badan Keahlian Setjen DPR RI, 2024

jenis KDRT yang lain, Kekerasan Terhadap Istri ini tetap menunjukkan jumlah pelaporan tertinggi meskipun di masa pandemi.⁴⁷

Grafik 1.1 Jenis Kekerasan Ranah KDRT/RP Tahun 2020.



Komisi Nasional Anti Kekerasan terhadap Perempuan mencatat 457.895 kasus kekerasan terhadap perempuan pada 2022.⁴⁸ Andy Yentriyano, ketua Komnas Perempuan, mengatakan jumlah aduan itu sedikit menurun dari tahun sebelumnya. Komnas Perempuan mencatat 459.094 kasus kekerasan pada 2021,⁴⁹ meningkat dari 38 kasus di tahun 2021 menjadi 68 kasus di tahun 2022. Komnas Perempuan menerima 622 kasus, atau 30% dari kasus kekerasan di ranah personal dalam lingkup Kekerasan Terhadap Istri.

Berdasarkan CATAHU 2023, tercatat 289.111 kejadian penganiayaan terhadap perempuan. Angka ini memperlihatkan penurunan sebanyak 55.920 kasus, atau sekitar 12%, dibandingkan dengan tahun 2022. Sebagian besar data kekerasan terhadap perempuan tersebut dilaporkan langsung oleh para korban, pendamping, atau keluarga korban. Jumlah kekerasan terhadap kaum perempuan

⁴⁷ CATAHU KOMNAS Perempuan 2020

⁴⁸ CATAHU KOMNAS Perempuan 2022

⁴⁹ CATAHU KOMNAS Perempuan 2021

yang tidak dilaporkan kemungkinan jauh lebih tinggi. Terlepas dari statistik tersebut, juga menyadari bahwa pengalaman para korban masih belum sesuai harapan dalam memperoleh perlindungan dan pemulihan, walaupun telah tersedia beragam peraturan untuk melindungi kaum perempuan dari berbagai bentuk tindak kejahatan.⁵⁰

Menurut informasi dari Komnas Perempuan, Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004 mengenai Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga (UU PKDRT) mulai diberlakukan pada tanggal 22 September 2004. Tujuan utamanya adalah memutus rangkaian kekerasan yang terjadi dalam lingkup keluarga. Undang-undang ini merupakan bagian dari pembaruan sistem hukum di Indonesia yang berupaya memberikan perlindungan hukum yang lebih memadai bagi korban KDRT dan menciptakan suasana keluarga yang aman, makmur, serta penuh dengan kasih sayang. Lingkup UU PKDRT meliputi berbagai bentuk kekerasan, mulai dari kekerasan fisik, kekerasan mental, kekerasan seksual, hingga pengabaian ekonomi. Selain itu, undang-undang ini juga mengatur pembentukan sistem yang lebih menyeluruh dan terstruktur untuk pencegahan dan penanganan kasus kekerasan dalam rumah tangga.⁵¹

Langkah penanganan kasus kekerasan dalam rumah tangga, salah satu tahapan penting adalah memastikan terpenuhinya hak-hak para korban. Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004 yang berlaku di Indonesia telah mengatur

⁵⁰ CATAHU KOMNAS Perempuan 2023

⁵¹ Tugimin Supriyadi, Denis Natalia Siburian, Gene Meshani, dan Muhammad Ridho, Dibalik Pintu Tertutup: Dinamika Faktor Psikologis Terhadap Terjadinya Kekerasan Dalam Rumah Tangga Pada Perempuan, *Indonesian Journal of Business Innovation, Technology and Humanities (IJBITH)*, Vol. 1, No. 1, 2024. 159

bagaimana pemenuhan hak tersebut dilaksanakan. Secara khusus, pada Bab IV Pasal 10 dari peraturan perundang-undangan, terdapat 5 bidang utama yang menjadi landasan pengaturan hak-hak yang dimiliki oleh korban KDRT:

- a) Perlindungan dari pihak keluarga, kepolisian, kejaksaan, pengadilan, advokat, lembaga sosial, atau pihak lainnya baik sementara maupun berdasarkan penetapan perintah perlindungan dari pengadilan;
- b) Pelayanan kesehatan sesuai dengan kebutuhan medis;
- c) Penanganan secara khusus berkaitan dengan kerahasiaan korban;
- d) Pendampingan oleh pekerja sosial dan bantuan hukum pada setiap tingkat proses pemeriksaan sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan; dan
- e) Pelayanan bimbingan rohani.⁵²

Dua jenis perlindungan hukum yang berbeda. Yang pertama adalah perlindungan hukum pencegahan (preventif), yang fokus pada usaha mencegah masalah sebelum terjadi. Yang kedua adalah perlindungan hukum penanganan (represif), yang berfokus pada cara menyelesaikan masalah setelah terjadi. Walaupun dua jenis perlindungan ini memiliki kerja yang berbeda, keduanya saling mendukung untuk menciptakan hukum yang adil dan berjalan baik. Perlindungan hukum pencegahan untuk korban kekerasan rumah tangga berusaha menghentikan masalah sebelum terjadi. Dalam Undang-Undang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga, perlindungan pencegahan ini terlihat dari bagaimana UU tersebut mendefinisikan tindakan kekerasan dalam rumah tangga. Hal ini membantu melindungi korban dengan menjelaskan perbuatan yang tidak boleh dilakukan dalam rumah tangga.⁵³

⁵² Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004 Tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga (UUPKDRT) 7

⁵³ Nurul Azizah Fitriani, Tinjauan Hukum Islam dan Positif Terhadap Perlindungan Perempuan dalam Proses Perceraian; Studi Kasus Dr. Letty, *Jurnal Studi Hukum Islam*. Vol. 9, No.1, 2022. 61

Upaya Preventif. UU Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga, perlindungan hukum Preventif dapat dilihat dari bagaimana undang-undang ini menjelaskan perbuatan yang dianggap sebagai kekerasan dalam rumah tangga. Mencakup batasan tentang tingkah laku yang tidak boleh dilakukan dan melindungi korban. Penerapan UU Kekerasan Dalam Rumah Tangga meliputi beberapa langkah nyata untuk mengurangi kekerasan dalam rumah tangga, seperti:

UU Nomor 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga (UU PKDRT) memiliki ketentuan preventif untuk mencegah terjadinya KDRT. Pasal 11: Menyatakan bahwa pemerintah dan masyarakat bertanggung jawab untuk mencegah terjadinya kekerasan dalam rumah tangga. Pasal 12: Pemerintah harus melakukan sosialisasi dan edukasi tentang hak-hak dan kewajiban dalam rumah tangga serta bahaya dan konsekuensi hukum dari KDRT.

Upaya Represif. Perlindungan hukum untuk korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga lewat tindakan hukum yang bersifat menindak bertujuan mengatasi masalah yang dialami korban. Jenis perlindungan ini merupakan langkah terakhir dari sistem hukum, seperti pemberian denda, hukuman penjara, atau hukuman lain yang diterapkan bila terjadi pelanggaran. Dalam UU Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga, di mana pelaku bisa dikenai hukuman pidana jika melanggar aturan dalam Undang-Undang tersebut. Menurut Pasal 16 UU Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga, ada yang namanya

perlindungan sementara, yaitu bantuan cepat yang diberikan oleh polisi, lembaga sosial, atau pihak lainnya sebelum ada keputusan resmi dari pengadilan

Upaya represif yang dilakukan pemerintah untuk korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga berdasarkan UU Nomor 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga: Perlindungan untuk korban Pasal 36: Polisi memiliki wewenang untuk menahan pelaku kekerasan Dalam Rumah Tangga jika ada cukup bukti dan korban berada dalam bahaya. Perintah Perlindungan Pasal 28: Korban atau orang lain yang mewakili korban bisa meminta pengadilan untuk mengeluarkan perintah perlindungan. Perpanjangan Waktu Perlindungan Pasal 32: Setelah melalui sidang, pengadilan bisa menetapkan perpanjangan masa perlindungan, sehingga korban bisa dilindungi lebih lama. Selain itu, korban juga mendapatkan layanan kesehatan dan bantuan psikologis.

Bantuan Hukum Pasal 10: Korban kekerasan dalam rumah tangga punya hak menerima bantuan hukum dari pemerintah dan organisasi bantuan hukum. Tempat Aman Pasal 22: Pemerintah dan masyarakat harus menyediakan tempat perlindungan bagi korban kekerasan dalam rumah tangga yang membutuhkan pengamanan segera. Pemulihan Korban Pasal 39: Pemerintah menyediakan layanan pemulihan untuk korban kekerasan dalam rumah tangga yang mencakup bantuan medis, psikologis, dan sosial. Penerapan Hukuman Pasal 44: Pelaku

kekerasan dalam rumah tangga yang tidak mematuhi perintah perlindungan bisa dikenai hukuman pidana tambahan sesuai dengan aturan yang berlaku.⁵⁴

Kekerasan Dalam Rumah Tangga merujuk pada berbagai bentuk tindak kekerasan yang muncul karena ketidaksetaraan kekuasaan di antara pelaku dan korban dalam lingkungan keluarga. Kekerasan sering kali dianggap sebagai urusan internal keluarga yang tidak perlu campur tangan pihak luar. Akan tetapi, mengingat kekerasan merupakan tindak kejahatan dan bertentangan dengan hak asasi manusia, maka KDRT diklasifikasikan sebagai pelanggaran terhadap hukum. Penting untuk diingat bahwa sepanjang kehidupannya, Nabi Muhammad SAW tidak pernah melakukan kekerasan terhadap istrinya, bahkan beliau dengan tegas melarang para suami untuk memukul istri mereka. Sebagaimana tercatat dalam riwayat Abu Dawud, al-Nasa'i, al-Baihaqi, dan Thabrani yang bersumber dari Mu'awiyah al-Qusyairi:

عَنْ حَكِيمِ بْنِ مُعَاوِيَةَ الْقُسَيْرِيِّ عَنْ أَبِيهِ قَالَ قُلْتُ يَا رَسُولَ اللَّهِ مَا حَقُّ زَوْجَةِ أَحَدِنَا عَلَيْهِ قَالَ أَنْ تُطْعِمَهَا إِذَا طَعِمْتَ وَتَكْسُوَهَا إِذَا اكْتَسَيْتَ أَوْ اكْتَسَبْتَ وَلَا تَضْرِبَ الْوَجْهَ وَلَا تُقَبِّحَ وَلَا تَهْجُرَ إِلَّا فِي الْبَيْتِ قَالَ أَبُو دَاوُدَ وَلَا تُقَبِّحَ أَنْ تَقُولَ قَبْحَكَ اللَّهُ. (رواه أبو داود).

Artinya:

“Dari Hakim bin Mu'awiyah Al Qusyairi dari ayahnya, ia berkata; aku katakan; wahai Rasulullah, apakah hak isteri salah seorang diantara kami atasnya? Beliau berkata: "Engkau memberinya makan apabila engkau makan, memberinya pakaian apabila engkau berpakaian, janganlah engkau memukul wajah, jangan engkau menjelek-jelekkannya (dengan perkataan atau cacian), dan jangan engkau

⁵⁴ Muhammad Danial dan Hanifah Febriani, Perlindungan Hukum Terhadap Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga di Surakarta, *Artikel: Program Studi Ilmu Hukum, Fakultas Hukum Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 2024. 7-8

tinggalkan kecuali di dalam rumah”. Abu Daud berkata; dan janganlah engkau menjelek-jelekannya (dengan perkataan atau cacian) dengan mengatakan; semoga Allah memburukkan wajahmu”. (HR. Abu Daud).⁵⁵

Akibat kekerasan yang dialami, istri dapat mengalami gangguan psikologis, yang meliputi gangguan emosional, perilaku, dan kognisi. Gangguan emosional ditandai dengan emosi yang tidak stabil, yang dapat menyebabkan perubahan suasana hati menjadi buruk. Gangguan perilaku terlihat dari perubahan ke arah perilaku negatif, seperti rasa malas yang berlebihan. Sedangkan gangguan kognisi mempengaruhi pola pikir korban, membuatnya sulit berkonsentrasi, sering melamun, atau mengalami pikiran kosong. Dampak psikologis dari kekerasan tidak sederhana yang dipikirkan banyak orang. Begitu psikologis korban terpengaruh, pola pikirnya akan perlahan berubah, mempengaruhi berbagai aspek kehidupannya, termasuk cara berpikir, kestabilan emosi, dan bahkan bisa berujung pada depresi. Dampak psikologis ini bisa dianggap sebagai semacam *Post Traumatic Stress Disorder*.⁵⁶

Istri yang mengalami kekerasan secara terus-menerus menunjukkan rasa tidak berdaya. Seiring waktu, sebagai korban KDRT, istri merasa bahwa segala usaha untuk mencari kebebasan sia-sia. Kondisi ini dapat mengakibatkan depresi. Untuk mengatasi korban kekerasan yang mengalami depresi, salah satunya adalah dengan terapi kognitif mengubah pola pikir negatif menjadi positif. Pendekatan perilaku ini yang berfokus pada pengidentifikasian dan penghilangan perilaku negatif yang telah menjadi kebiasaan. Dengan pendekatan ini, seseorang dianalisis

⁵⁵ Abu Daud Sulayman ibn al-asy'ats ibn Ishaq al-Azdi as-Sijistani, *Sunan Abi Daud*, Kitab. An-Nikah, Juz 2, No. 2142, (Beirut-Libanon: Darul Kutub 'Ilmiyah, 1996 M), h. 110.

⁵⁶ Guevara Julius Sabirin Putra, Tinjauan Yuridis Mengenai Kekerasan Dalam Rumah Tangga Terhadap Anak, *Jurnal Ilmu Hukum*, Vol. 1, No. 2. 2024, 100-102

untuk menemukan pola kebiasaan buruk dan kemudian diberikan strategi atau teknik untuk mengubah atau menghapus perilaku tersebut.⁵⁷

Memahami kondisi psikologis istri korban KDRT (Kekerasan Dalam Rumah Tangga) dan cara mengatasi dampak trauma yang mereka alami, dilakukan wawancara mendalam dengan beberapa korban. Wawancara ini bertujuan untuk menggali pengalaman kekerasan yang diterima, dan bagaimana dampak psikologis yang mereka alami. Penulis menguraikan hasil wawancara dari beberapa responden sebagai sumber data yang akurat:

Tabel 1.1 Wawancara Korban KDRT

Subjek	Umur	Alamat	KDRT yang diterima	Dampak Psikologis
Erni	32	Ingkor	Dicaci maki	Kecemasan, kilas balik
Mammi	38	Balebo	Dipukul dan dicaci maki	Trauma, takut, cemas, kilas balik
Nurdiana	46	Kamiri	Dipukul, ditendang, dan dicaci maki	Takut, trauma, kilas balik, cemas, dan merasa tidak dihargai
Ayu Husmiati	48	Baliase	Dipukul dan dicaci maki	Trauma, takut, cemas, dan kilas balik
Putri	30	Kapidi	Dipukul, diseret, dan dicaci maki	Takut, cemas, takut, merasa tidak dihargai, dan muncul keinginan bunuh diri.

Wawancara pertama lebih dipertegas oleh korban KDRT Kabupaten Luwu

Utara. Erni selaku korban kekerasan dalam rumah tangga di Desa Ingkor Kabupaten Luwu Utara.

⁵⁷ Riska Septiani, Laily Nurhanifah, dan Putri Lili Marisyah, Konsep Logoterapi Untuk Mengatasi Trauma Pada Perempuan Korban KDRT, *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 1, No. 1, 2020. 57

“Sebelum terjadi KDRT, keluarga saya baik-baik saja. Lama-kelamaan usia pernikahan saya sudah 2 tahun disitu suami sudah mulai marah-marah. Suami saya sering mabuk-mabukan, pulang tengah malam sambil marah-marah. Semua perabotan dirumah dihancurkan dan memaki-maki saya. Mengeluarkan kata-kata yang sangat membuat saya sakit hati dan menurut saya itu tidak pantas untuk di keluarkan, itu membuat saya stress”

“Suami saya selalu melarang saya untuk bergaul dengan orang lain dan suami saya sangat cemburuan, dia tuduh saya hal-hal yang tidak saya lakukan. Saya sudah capek dengan sifat suami saya dan saya sangat takut. Jadi saya memilih kabur dari rumah. Disitu saya sangat stress, takut, cemas. Saya meninggalkan anak-anak saya dirumah tantenya. Semenjak saya kabur dari rumah beberapa bulan kemudian saya selalu merasa tertekan, takut, sakit hati, saya selalu mengingat kejadian tersebut jika saya melihat orang dengan suara yang tinggi. Selama itu penderitaan, takut, merasa tidak dihargai, stress, ingatan kilas balik, yang saya bawa”

“Awalnya saya benar-benar merasa terpuruk, stres, dan ketakutan terus-menerus. Tapi saya sadar kalau saya nggak bisa terus-terusan seperti ini. Saya mulai mencoba menyibukkan diri dengan kegiatan sehari-hari, supaya pikiran saya nggak terus-terusan kembali ke kejadian itu. Saya sering ikut kegiatan ibu-ibu di desa, seperti arisan, atau gotong royong, dekat dengan keluarga. Dengan begitu, saya merasa punya teman untuk bercerita, walaupun nggak selalu saya ceritakan semuanya. Setidaknya, saya nggak merasa sendiri. Keluarga saya juga membantu saya. Walaupun nggak semua orang bisa mengerti, tapi ada beberapa teman ataupun keluarga yang selalu mendengarkan saya. Kalau saya merasa terlalu berat, biasanya saya pergi ke tempat yang sepi, misalnya ke sawah atau kebun buat menenangkan diri. Saya duduk di sana, lihat pemandangan, tarik napas dalam-dalam, biar pikiran saya sedikit tenang”⁵⁸

Wawancara kembali dilaksanakan menggunakan pertanyaan yang sama dengan informan yang berbeda, Mammi selaku korban KDRT di Desa Balebo Kabupaten Luwu Utara.

“Baik-baik saja seperti rumah tangga pada umumnya. Saya dituduh selingkuh dengan orang lain, saya selalu dipukul. Kalau saya suruh dia untuk bantu tetangga atau orang bekerja, saya dipukul. Saya tidak pernah dikasih uang. Saya selalu menyuruh suami saya pergi karena saya ketakutan. Suami saya membawa lari anak saya, kecuali kakak pertamanya, Ia meninggalkan anak pertama tetapi suami saya mengambil semua adiknya. Saya selalu di caci maki,

⁵⁸ Erni, Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga, Kabupaten Luwu Utara, *Wawancara*, dilakukan di Desa Ingkor, 18 Desember 2024

diberikan kata-kata kasar. Saya pernah dipukul sampai saya berdarah-darah didekat mata, saya pikir saya akan meninggal karena darah saya banyak karena kekurangan darah. Jika saya keluar saya selalu was-was karena kalau suami saya melihat saya, saya pasti dipukul”

“saya sudah ceraikan suami saya. saya sudah tidak mau lagi bersuami. Jika saya ingin menikah sudah lama saya menikah, tetapi saya takut. Saya selalu mengingat kejadian itu, merasa tidak berharga, dan merasa tidak pantas. Saya menghindar jika ada laki-laki mendekati saya, saya selalu merasa cemas. Lebih baik saya tinggal sendiri dengan anak-anak saya, daripada saya menikah lagi”

“Saya hanya bisa bertahan. Awalnya berat sekali, saya selalu kepikiran dan merasa takut. Tapi saya harus tetap hidup untuk anak-anak saya. Saya mencoba menyibukkan diri, supaya tidak terus-menerus teringat kejadian dulu. Saya selalu bekerja, membantu memasak di acara pernikahan, kumpul dengan ibu-ibu, sering ke sawah atau ke kebun. Pikiran saya sedikit teralihkan. Saya lebih banyak berdoa. Kalau malam-malam saya cemas, saya sholat atau baca do’a supaya hati saya lebih tenang”⁵⁹

Wawancara kembali dilaksanakan menggunakan pertanyaan yang sama dengan informan yang berbeda, Nurdiana selaku korban KDRT di Desa Kamiri Kabupaten Luwu Utara.

“Awal-awal menikah saya sama suami saya baik saja, tetapi memang dari dulu suami saya ringan tangan tapi saya tidak tahu. Saya tahu setelah saya menikah dengan suami saya, saya sering dipukul sampai penglihatan saya berkunang-kunang. Kalau saya salah bicara atau ada perkataan saya yang mungkin suami saya tidak suka, saya dipukul lagi. Sedikit-sedikit memukul. Saya pernah ke dokter saraf, akibat pukulan suami saya dikepala bagian belakang. Kata dokter otak besar saya yang rusak untung tidak kena otak kecil. Saya sering konsultasi ke dokter saraf”

“Saya dulu sering sekali dipukul biasanya 1 minggu bisa dua kali pukulan dan tendangan. Saya pernah dipukul pakai jeriken yang 10 liter, sampai tangan saya biru selama sepuluh hari sampai-sampai saya tidak bisa kerja apa-apa. Saya juga pernah masuk rumah sakit 3 hari karena suami saya tendang mata saya, disitu awalnya mata saya rusak penglihatan saya buram. Saya menangis, saya lari sambil menggendong anak saya, saya tidak bawa uang pada saat suami saya tendang mata saya. Saya takut, saya merasa cemas. Saya sangat stress, sakit hati, depresi sampai-sampai saya kena sakit maag, lama sekali saya merasakan ini, biasanya saya selalu mengingat kejadian itu, tiba-tiba muncul. Saya minta cerai tetapi suami saya tidak mau”

⁵⁹ Mammi, Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga, Kabupaten Luwu Utara, Wawancara, dilakukan di Desa Balebo, 19 Desember 2024

“Kalau lagi merasa cemas atau ingatan itu muncul tiba-tiba, saya biasanya mencoba sibuk supaya pikiran saya nggak ke mana-mana. Saya kerja di kebun, tanam sayur, sayakan punya kebun sendiri jadi saya sering kesana. Kalau sendirian di rumah, saya sering kepikiran dan takut. Makanya saya berusaha keluar rumah, cari kegiatan yang bisa bikin saya lupa sejenak. Tidak langsung hilang rasa sakitnya, tapi setidaknya saya masih bisa bertahan. Saya juga selalu berdoa, minta kekuatan”⁶⁰

Wawancara kembali dilaksanakan menggunakan pertanyaan yang sama dengan informan yang berbeda, Putri selaku korban KDRT di Desa Kapidi Kabupaten Luwu Utara.

“Saya punya keluarga awal-awalnya bagus, tapi satu bulan setelah sahnya menikah disitu mulai marah-marah. Suami saya orangnya mabuk-mabukan dan ringan tangan. Saya sering dipukul dan dicaci maki, kalau saya kasih nasihat ke suami, saya dipukul. Dia tidak suka jika saya kasih nasihat makanya suami saya pukul terus saya. Kalau suami saya tidak pulang-pulang pasti saya cari sebagai seorang istri, tetapi kalau suami saya tau kalau saya cari dia pasti saya di caci maki dan dipukul lagi. Saya pernah dipukul pada saat dalam keadaan hamil. Suami saya ringan tangan sekali, marah-marahan terus-terusan walaupun itu hanya perkara-perkara kecil. Di setiap saya ingin berbicara dengan suami saya, suami saya tidak mau mendengarkan dan memukul terus”

“Kalau suami saya memarahi saya, saya merasa takut dan kaget. Saya cemas dan saya selalu berpikir kenapa suami saya selalu marah-marah. Kadang saya berpikir apakah ini salah saya sebagai istri, tetapi lama kelamaan suami saya yang menjadi-jadi. Saya merasa tidak dihargai sebagai istrinya, saya sakit hati, rasa takut dan cemas selalu menghantui saya. Saya selalu ingin kabur tetapi saya ingat anak saya. Saya stress, saya merasakan sakit hati yang luar biasa. Rasa ini saya bawa berlarut-larut lamanya, sampai-sampai saya ingin bunuh diri”

“Saya sering menangis sendiri, merasa tidak dihargai, merasa takut setiap saat. Tapi saya ingat anak saya. Saya takut kalau saya pergi, anak saya bagaimana? Itu yang bikin saya bertahan. Saya selalu menyibukkan diri saya, saya juga kebetulan kerja dikantor notaris jadi pikiran saya tidak selalu kesitu (kdrt yang diterima). Memang tidak langsung hilang rasa sakitnya, tapi setidaknya saya bisa bertahan sampai sekarang. Saya juga banyak berdo’a, saya minta sama Allah

⁶⁰ Nurdiana, Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga, Kabupaten Luwu Utara, *Wawancara*, dilakukan di Desa Balebo, 20 Desember 2024

semoga selalu kuat. Saya tahu ini sulit, tapi saya masih ingin hidup untuk anak saya”⁶¹

Wawancara kembali dilaksanakan menggunakan pertanyaan yang sama dengan informan yang berbeda, Ayu Husmiati selaku korban KDRT di Desa Baliase Kabupaten Luwu Utara.

“Pertama pernikahan saya baik-baik saja, lama-lama hanya saya yang mencari nafkah dalam keluarga saya. Suami saya tidak kerja, dan kemauannya harus diikuti. Jika kemauannya tidak diikuti saya dipukul dan dicaci maki. Saya tidak tau apa yang suami saya kerjakan dan lakukan. Saya tidak tau apa penyebab suami saya marah-marah dan sering memukul terus, padahal saya yang mencari nafkah. Mungkin karna suami saya ringan tangan sehingga sering memukuli saya”

“Saya trauma, sakit dibadan saya akibat pukulan dari suami memang dari dulu sudah hilang, tetapi rasa sakit hati, takut, cemas, tidak hilang sampai sekarang, itu sangat menyiksa. Kadang saya mengingat kejadian tersebut. Sejak kejadian itu saya merasa ingin selalu sendiri dan saya tidak mau menikah lagi”

“Saya berusaha mengalihkan pikiran saya. Kalau di rumah terus, saya jadi kepikiran dan takut. Alhamdulillah saya punya jualan untuk dijual dipasar, saya datang pagi pulang sore jadi saya tidak terlalu kepikiran. Yang penting jangan sendirian, karena kalau sendiri, pikiran buruk suka datang lagi. Walaupun trauma itu masih ada, setidaknya saya bisa melewati hari demi hari. Saya juga banyak berdo’a, minta diberi ketenangan”⁶²

Hasil wawancara dengan 5 korban KDRT mengungkap dampak psikologis yang mendalam, terutama gejala *post traumatic stress disorder*. Mereka mengalami kilas balik traumatis, kecemasan, rasa takut terus-menerus, dan kesulitan membangun hubungan baru. Pengalaman mereka menunjukkan bahwa trauma akibat kekerasan dalam rumah tangga tidak hanya berdampak fisik tetapi juga menimbulkan gangguan psikologis jangka panjang. Hal ini menegaskan

⁶¹ Putri, Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga, Kabupaten Luwu Utara, *Wawancara*, Dilakukan Di Desa Kapidi, 23 Desember 2024

⁶² Ayu Husmiati, Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga, Kabupaten Luwu Utara, *Wawancara*, Dilakukan di Desa Kapidi, 23 Desember 2024.

keberadaan PTSD pada istri korban kekerasan dalam rumah tangga di masyarakat serta pentingnya perhatian terhadap kesehatan mental korban.

Hasil wawancara semakin memperkuat fakta bahwa di masyarakat memang ada korban KDRT yang mengalami *Post Traumatic Stress Disorder* setelah kejadian trauma tersebut. Trauma yang mereka alami menciptakan luka emosional yang dalam, yang membutuhkan perhatian khusus baik dari segi medis, psikologis, maupun sosial. Pengalaman mereka menunjukkan bahwa upaya pemulihan dari PTSD bukan hanya tentang penyembuhan diri, tetapi juga melibatkan sistem dukungan yang mampu memahami kompleksitas trauma dan memberikan ruang aman bagi para korban untuk pulih secara holistik.

Peneliti melakukan wawancara dengan seorang dokter jiwa yang memiliki pengalaman dalam menangani pasien PTSD. Wawancara ini bertujuan untuk mengetahui langkah-langkah medis dan psikologis yang diterapkan dalam menangani gangguan tersebut. Dalam kesempatan ini, peneliti mewawancarai Dr. Andi Nurul Khadijah di RSUD Andi Jemma Kecamatan Masamba, Kabupaten Luwu Utara. Dari hasil wawancara ini, diperoleh berbagai informasi penting mengenai pendekatan medis dan terapi yang diberikan kepada pasien PTSD.

“PTSD merupakan gangguan stres pascatrauma. Untuk mengatasi PTSD, langkah pertama yang saya lakukan adalah memberikan obat-obatan atau psikofarmakoterapi. Alasan saya memberikan obat pada pertemuan pertama adalah karena korban biasanya enggan bercerita, merasa canggung, atau tidak mau terbuka. Karena ini merupakan pengalaman pertama bagi korban, maka saya terlebih dahulu memberikan psikofarmakoterapi. Obat-obatan tersebut dapat membantu korban agar lebih terbuka”

“Pada pertemuan kedua, barulah saya melakukan psikoterapi suportif, yaitu dengan mendengarkan keluh kesah korban dan permasalahan yang dialaminya. Biasanya, korban didampingi oleh keluarga atau wali, sehingga saya juga dapat mendengarkan keluhan mereka tentang kondisi korban. Obat yang diberikan pada pertemuan pertama membantu korban merasa lebih nyaman untuk bercerita. Mereka akan merasa bahwa masih ada orang yang ingin mendengarkan dan memahami mereka”

“Pada pertemuan ketiga, saya menerapkan psikoterapi psikodinamik. Dalam sesi ini, saya mengajukan pertanyaan kepada korban dan memberikan masukan serta dukungan. Pada pertemuan selanjutnya, terapi perilaku kognitif (CBT) dapat diberikan sebagai bagian dari tahapan penanganan PTSD. Namun, terapi ini hanya dapat diterapkan setelah melalui tahapan awal guna memahami kondisi korban”

“Saran saya bagi korban yang baru saja mengalami trauma untuk mengatasi gejala PTSD adalah, pertama, mencari tempat yang aman dan menjauhkan diri dari pelaku, misalnya dengan melapor ke kantor polisi atau mencari perlindungan dari keluarga yang dipercaya. Kedua, menghindari pelaku untuk mengurangi risiko trauma yang berkelanjutan”

“Berbicara mengenai keberhasilan atau kegagalan dalam penanganan pasien, terdapat instrumen bernama WHOQOL yang digunakan untuk mengukur kualitas hidup pasien. Namun, penerapan WHOQOL kurang ideal dilakukan di poli jiwa RSUD Andi Jemma Masamba. Poli jiwa hanya tersedia satu. Selain itu, penerapannya memerlukan tahapan tertentu, sementara dalam satu hari terdapat banyak pasien yang harus ditangani”⁶³

Wawancara tersebut, dapat dipahami bahwa penanganan PTSD memerlukan pendekatan bertahap. Tahapan tersebut dimulai dari pemberian obat-obatan hingga terapi psikologis yang disesuaikan dengan kondisi pasien. Selain itu, lingkungan yang aman dan nyaman juga menjadi faktor pendukung dalam mengatasi gangguan ini. Ketersediaan fasilitas kesehatan yang memadai turut berkontribusi terhadap efektivitas terapi yang diberikan. Dengan pendekatan yang tepat, pasien dapat lebih terbuka dan menerima proses pemulihan secara bertahap. Saran yang diberikan kepada korban untuk mencari tempat yang aman dan

⁶³Dr. Andi Nurul Khadijah, Dokter Jiwa, Kabupaten Luwu Utara, *Wawancara*, Dilakukan Di Rumah Sakit Umum Daerah Masamba, 05 Maret 2025

menjauh dari pelaku menunjukkan perhatian terhadap keselamatan pasien, yang merupakan langkah penting dalam penanganan trauma.

Dr. Andi Nurul Khadijah menyebutkan penggunaan instrumen WHOQOL untuk mengukur kualitas hidup pasien. Namun, ia juga mengakui bahwa penerapan WHOQOL di RSUD Andi Jemma Masamba kurang ideal karena keterbatasan sumber daya. Ini menunjukkan kesadaran akan pentingnya evaluasi hasil terapi, meskipun ada tantangan dalam pelaksanaannya. Dr. Andi mencatat tantangan yang dihadapi dalam praktik, seperti keterbatasan jumlah poli jiwa dan banyaknya pasien yang harus ditangani dalam satu hari. Ini dapat mempengaruhi kemampuan untuk memberikan perawatan yang optimal.

World Health Organization (WHOQOL), kualitas hidup diartikan sebagai pandangan pribadi seseorang mengenai tingkat kepuasan terhadap keadaan hidupnya, yang dipengaruhi oleh nilai-nilai dan budaya di lingkungan tempat tinggalnya, serta cita-cita, keinginan, dan perhatiannya. WHOQOL Group membagi kualitas hidup ke dalam empat bidang utama: kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Kesehatan fisik pada umumnya meliputi berbagai aspek seperti rasa nyeri dan ketidaknyamanan, tenaga dan kelelahan, pola tidur dan istirahat, kemampuan bergerak, kegiatan sehari-hari, pengobatan, serta kemampuan bekerja.

Bidang psikologis mengandung berbagai elemen yang terkait dengan kondisi kejiwaan individu yang berpengaruh pada kualitas hidupnya, yang terdiri dari beberapa unsur: 1) emosi positif; 2) kapasitas berpikir, proses belajar, daya ingat dan fokus, 3) rasa percaya diri, 4) citra tubuh dan penampilan, 5) emosi

negatif dan 6) aspek kerohanian. Bidang hubungan sosial mencakup tiga komponen yaitu: 1) hubungan pribadi, 2) dukungan lingkungan sosial dan 3) aktivitas seksual. Sedangkan bidang lingkungan meliputi delapan aspek: 1) rasa aman dan terlindungi secara fisik, 2) kondisi tempat tinggal, 3) sumber pendapatan, 4) layanan kesehatan dan perhatian masyarakat (ketersediaan dan mutunya), 5) kemudahan mendapatkan informasi dan kemampuan baru, 6) keterlibatan dalam kegiatan rekreasi dan berlibur, 7) keadaan fisik sekitar (termasuk polusi, keramaian, lalu lintas, dan cuaca), serta 8) sarana transportasi.⁶⁴

WHO *Quality of Life (QOL) Group* dibentuk untuk mengukur kualitas hidup seseorang. Grup ini telah melakukan penelitian di 15 negara yang berbeda yang memiliki budaya, norma, dan adat istiadat yang berbeda. Dengan menggunakan kuesioner yang sama pada berbagai budaya, *World Health Organization* telah berhasil menyelesaikan masalah moral dan etis yang paling kontroversial. *World Health Organization Quality of Life-100 (WHOQOL100)* adalah instrumen yang digunakan untuk mengukur kualitas hidup. Ini terdiri dari 100 pertanyaan yang mencakup 25 segi (*facets*) dan sudah diterjemahkan dalam berbagai bahasa di 15 negara. Kemudian WHO mengembangkan versi singkatnya, WHOQOL-BREF, yang dapat digunakan jika waktu yang diperlukan untuk menyelesaikan 100 pertanyaan terlalu lama dan tingkat dari segi (*facets*) yang tinggi.

⁶⁴ Mutia Putri Galuh dan Alfi Purnamasari, Implikasi Manajemen Stres dan Dukungan Sosial terhadap Kualitas hidup lansia, *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan*, Vol. 2, No. 2. 2020, 72

Penggunaan WHOQOL-100 di 15 negara (Indonesia, Amerika Serikat, Inggris, Jepang, Brasil, China, Jerman, India, Australia, Kanada, Prancis, Korea Selatan, Afrika Selatan, Meksiko, dan Italia) telah mengidentifikasi sejumlah pertanyaan yang valid untuk pengembangan WHOQOL-BREF. Alat ukur ini terdiri dari 24 aspek yang terbagi ke dalam 4 domain, yang efektif dalam menilai kualitas hidup individu. Keempat domain tersebut meliputi: i) kesehatan fisik, yang terdiri dari 7 pertanyaan; ii) psikologis, dengan 6 pertanyaan; iii) hubungan sosial, yang mencakup 3 pertanyaan; dan iv) lingkungan, yang terdiri dari 8 pertanyaan.

WHOQOL-BREF juga mengevaluasi 2 aspek terkait kualitas hidup secara umum, yaitu: i) kualitas hidup secara keseluruhan dan ii) kesehatan secara umum. Secara menyeluruh, WHOQOL-BREF adalah alat ukur yang lengkap untuk menilai berbagai sisi kualitas hidup seseorang. Aspek kesehatan umum dalam WHOQOL-BREF meliputi pandangan pribadi seseorang terhadap kondisi kesehatan fisik dan mental, serta kapasitas mereka dalam menjalankan kegiatan harian. Ini mencerminkan bagaimana kesehatan fisik dan mental berkontribusi pada kualitas hidup secara keseluruhan.⁶⁵

Penelitian ini, bentuk rehabilitasi terhadap korban *post traumatic stress disorder* akibat kekerasan dalam rumah tangga mencakup berbagai metode terapi yang bertujuan untuk membantu pemulihan kondisi psikologis korban. Beberapa

⁶⁵ Latifa Resmiya dan Ifa H. Misbach, Pengembangan Alat Ukur Kualitas Hidup Indonesia, *Jurnal Psikologi Insight*, Vol. 3, No. 1, 2019. 21-22-23

terapi yang digunakan dalam proses rehabilitasi ini meliputi farmakoterapi, terapi perilaku kognitif (CBT), dan *self-healing*. Setiap terapi memiliki peran penting dalam membantu korban mengatasi trauma yang dialami. Berikut ini adalah penjelasan lebih lanjut mengenai masing-masing terapi.

a. Pengobatan dengan Farmakoterapi

Farmakoterapi adalah cabang ilmu yang berkaitan dengan farmakologi, yang mempelajari cara penanganan penyakit melalui pemanfaatan obat-obatan. Berarti bahwa farmakoterapi berupaya memahami bagaimana obat dapat digunakan untuk mengatasi berbagai masalah kesehatan. Upaya pengobatan atau penyembuhan penyakit, salah satu langkah terpenting adalah penggunaan obat-obatan. Ilmu yang mempelajari tentang obat-obatan disebut farmakologi. Istilah farmakologi berasal dari bahasa Yunani, yaitu "*pharmakon*" yang berarti "racun" dalam bahasa Yunani klasik dan "obat" dalam bahasa Yunani modern, serta "logos" yang berarti kebenaran tentang sesuatu (ilmu) atau diskusi rasional. Farmakologi adalah ilmu yang mempelajari cara kerja obat pada sistem biologis dan bagaimana tubuh bereaksi terhadap obat tersebut. Kajian dalam farmakologi mencakup sumber, sifat kimia, serta efek biologis dan terapeutik dari penggunaan obat.⁶⁶

Pengobatan dengan zat kimia hanya dapat diresepkan oleh dokter atau dokter jiwa berdasarkan kondisi khusus, seperti pemberian obat antidepresi dari SSRI (*Selective Serotonin Reuptake Inhibitors*), MAOI (*Monoamine Oxidase Inhibitors*), antidepresi trisiklik, obat antipsikotik, obat antikonvulsan, agen

⁶⁶ Relin Yesika dkk, *Farmakologi (sebuah pengantar komprehensif pengetahuan bidang farmakologi)*, (Yogyakarta: PT. Green Pustaka Indonesia Cetakan I, 2024) 2

adrenergik, *D-cycloserine*, dan *hydrocortisone*. Terapi obat untuk penderita *post traumatic stress disorder* yang saat ini diterapkan menggunakan golongan *selective serotonin reuptake inhibitors* (SSRI), contohnya sertraline dan paroxetine. Obat-obatan seperti fluoxetine, venlafaxine, dan paroxetine menunjukkan hasil paling efektif ketika diberikan sebagai pengobatan tunggal untuk meredakan gejala PTSD.⁶⁷

Selective serotonin reuptake inhibitors (SSRI) adalah kelompok obat yang digunakan untuk mengatasi gejala depresi, baik yang sedang maupun berat. SSRI adalah jenis antidepresan yang paling umum digunakan karena memiliki risiko efek samping yang lebih rendah dibandingkan dengan obat antidepresan lainnya. Obat ini bekerja dengan cara meningkatkan kadar serotonin, yaitu zat kimia yang berfungsi sebagai pembawa pesan di otak dan memiliki peran penting dalam mengatur suasana hati, tidur, dan nafsu makan. *Selective serotonin reuptake inhibitors* mencegah penyerapan kembali serotonin ke dalam sel saraf, sehingga kadar serotonin di otak meningkat dan gejala depresi dapat berkurang. Selain untuk mengatasi depresi, obat-obatan dalam kelompok SSRI juga dapat digunakan untuk menangani kondisi lain, seperti gangguan kecemasan, gangguan panik, atau kleptomania.⁶⁸ Penggunaannya tergantung pada jenis obat yang diresepkan oleh dokter. Kebanyakan obat ini dikonsumsi dengan diminum, namun ada juga yang digunakan dengan dioleskan pada kulit.

⁶⁷ Dwi Widarna Lita Putri, M.Psi., Psikolog, *Psikologi Klinis*, (Mataram: UIN Mataram Press, Cetakan I 2022) 101

⁶⁸ Alodokter, dr. Meva Nareza T, 21 Januari 2024. *Selective Serotonin Reuptake Inhibitors* (SSRIs), <https://www.alodokter.com/selective-serotonin-reuptake-inhibitors-ssris#:~:text=SSRI%20merupakan%20jenis%20obat%20antidepresan,ditimbulkan%20obat%20ini%20lebih%20rendah>

Farmakologi yang paling efektif untuk *post traumatic stress disorder* melibatkan *inhibitor reuptake serotonin selektif* (SSRI), yaitu sertraline (Zoloft) obat ini meningkatkan kadar serotonin di otak, yaitu hormon yang berperan dalam mengatur suasana hati, dan paroxetine (Paxil). Saat ini, hanya sertraline dan paroxetine yang telah disetujui oleh *Food and Drug Administration* (FDA) lembaga federal di Amerika Serikat untuk pengobatan PTSD.⁶⁹

b. *Cognitive Behavior Therapy* (CBT)

Stres dan depresi yang dibiarkan berlarut-larut dapat membebani pikiran yang menjadi negatif dan mengganggu sistem kekebalan tubuh. Jika kita berada dalam kondisi emosi atau pola pikir negatif seperti sedih, putus asa, kecemasan, dan kurang bersyukur terhadap diri sendiri, sistem kekebalan tubuh kita menjadi lemah, dan kita lebih mudah terserang penyakit. Dengan berbagai macam pikiran yang di sebabkan oleh stress dan trauma yang berlarut-larut lamanya, yang dimana akan menjadi sumber awal dari berbagai penyakit seperti *bowl syndrom*, serangan jantung, usus buntu, diabetes, asma, gangguan pencernaan, bahkan yang lebih parah lagi, kanker. Oleh karena itu, metode konseling diperlukan untuk mengatasi pemikiran negatif yang dapat menyebabkan masalah kesehatan mental seperti *post traumatic stress disorder*. *Cognitive Behavioral Theraphy* (CBT) adalah salah satu metode yang digunakan.⁷⁰

National Association of Cognitive Behavioral Therapists (NACBT) mengungkapkan bahwa *Cognitive Behavior Therapy* (terapi kognitif-perilaku)

⁶⁹ U.S. Department of Veterant Affairs, 25 Januari 2024, https://www.ptsd.va.gov/professional/treat/txessentials/clinician_guide_meds.asp

⁷⁰ Muhammad Rizky, Netrawati, dan Yeni Karneli, Efektifitas Pendekatan *Cognitive behavioral therapy* (CBT) untuk Mengatasi Depresi, *Eductum: Jurnal Literasi Pendidikan*, Vol. 1, No. 2, 2022. 266

adalah pendekatan psikoterapi yang menekankan pentingnya pikiran dalam memahami perasaan dan perilaku seseorang. *Cognitive Behavior Therapy* menggabungkan dua pendekatan terapi, yaitu terapi kognitif dan terapi perilaku. Terapi kognitif berfokus pada pikiran, asumsi, dan keyakinan individu. Selain itu, terapi ini membantu individu untuk mengenali dan mengubah pola pikir yang salah. *Cognitive Behavior Therapy* berdasarkan pada konsep mengubah pikiran dan perilaku negatif yang dapat mempengaruhi emosi. Terapi ini mendukung individu untuk terlibat dalam aktivitas dan berpartisipasi dalam pelatihan, serta menggunakan strategi untuk membuat keputusan dan mengatur diri sendiri.

Cognitive Behavior Therapy (terapi kognitif perilaku) adalah bentuk konseling yang bertujuan membantu klien menjadi lebih sehat, mendapatkan pengalaman yang memuaskan, dan memenuhi hidup tertentu. Dilakukan dengan memodifikasi pola pikir dan perilaku. Pendekatan ini berfokus pada penempatan pikiran dan keyakinan yang mempengaruhi pembicaraan diri dan perilaku agar konsisten dengan diri sendiri. Menurut Dr. Irwan Supriyanto PhD SpKJ, teknik *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) berfokus pada perilaku dan pikiran seseorang. Pasien akan mengalami perasaan dan perilaku negatif sebagai hasil dari pikiran negatif, dan begitu juga sebaliknya.⁷¹

J.L. Matson dan T.H. Ollendick menjelaskan bahwa *Cognitive Behavior Therapy* adalah pendekatan konseling yang berfokus pada penggunaan kognisi, seperti persepsi, kepercayaan, dan pikiran, sebagai bagian utama dari proses. Ini merupakan suatu metode terapeutik yang bertujuan untuk mengubah perilaku

⁷¹ Irwan Supriyanto, *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), 2024, <https://www.alomedika.com/tindakan-medis/psikiatri/cognitive-behavioral-therapy/teknik>

dengan menekankan pada modifikasi aspek-aspek tertentu dari proses berpikir individu. Metakognisi (kesadaran) digunakan untuk membantu klien memahami dan mengubah cara berpikir mereka. Teori terapi kognitif perilaku berpendapat bahwa pola pemikiran manusia terbentuk melalui interaksi stimulus, kognisi, dan respon, yang saling terkait dalam otak. Dengan demikian, terapi kognitif perilaku ditujukan untuk memperbaiki pemikiran yang menyimpang akibat pengalaman buruk yang dialami individu, baik secara fisik maupun psikologis.⁷²

Fokus utama dalam terapi kognitif perilaku adalah pada pemikiran, keyakinan, dan sikap yang ditunjukkan oleh individu. Terapi ini menggabungkan berbagai teknik terapeutik yang berfokus pada individu dalam melakukan perubahan. Menurut terapi kognitif perilaku, pola pikir dan keyakinan seseorang akan memengaruhi perilaku mereka, dan perubahan pada pola pikir ini akan menghasilkan perubahan perilaku yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Aaron T. Beck, terapi kognitif perilaku ini adalah metode konseling yang bertujuan untuk menyelesaikan masalah seseorang melalui perbaikan pemikiran atau kognitif seseorang yang dapat menyebabkan perilaku negatif. Metode ini didasarkan pada situasi pemikiran, keyakinan, dan strategi klien yang mengganggu.⁷³

a) Tujuan *Cognitive Behavioral Therapy*

⁷² Zulfikar Fadhlullah, Netrawati, dan Yeni Karneli, Konseling Kelompok Cognitive Behavioral Therapy Untuk Remaja Kecanduan K-pop, *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Sosial*, Vol. 1, No. 4, 2023. 428-429.

⁷³ Muhammad Rizky, Netrawati, dan Yeni Karneli, Efektifitas Pendekatan *Cognitive behavioral therapy* (CBT) untuk Mengatasi Depresi, *Eductum: Jurnal Literasi Pendidikan*, Vol. 1, No. 2, 2022. 268

Cognitive Behavioral Therapy bekerja untuk membantu korban dengan pikiran dan perasaan yang salah dengan memberi mereka bukti yang bertentangan dengan keyakinan mereka tentang masalah yang mereka hadapi. Diharapkan bahwa konselor dapat membantu konseli mengembangkan keyakinan diri dan mencoba mengurangi emosi. Tujuan utama *cognitive behavior therapy* adalah untuk mengubah perilaku dan pikiran seorang konseli menjadi perilaku yang diharapkan.⁷⁴

b) Prinsip-prinsip *Cognitive Behavioral Therapy*

1) *Cognitive Behavior Therapy* didasarkan pada penciptaan yang terus berkembang dari masalah konseli dan konseptualisasi kognitif konseli. Seiring dengan perkembangan evaluasi dari setiap sesi konseling, konselor mengkoordinasikan penemuan-penemuan dari konseptualisasi kognitif konseli yang menyimpang dan meluruskannya sehingga konselor dapat membantu konseli dalam penyesuaian antara berpikir, merasa, dan bertindak.

2) *Cognitive Behavioral Therapy* didasarkan pada pemahaman yang sama antara konselor dan konseli tentang masalah yang mereka hadapi. Situasi konseling yang penuh kasih sayang, empati, peduli, dan orisinalitas terhadap masalah konseli memastikan bahwa konseling berhasil.

3) Terapi *Cognitive Behavioral Therapy* membutuhkan kolaborasi untuk bekerjasama dan berpartisipasi secara aktif. Keputusan konseling dibuat oleh tim konseling merupakan keputusan yang disepakati oleh konseli. Karena

⁷⁴ Anisa Lusiane Wibisono, Hilmiyatus Sa'adah, Dwi Wahyuningsih, Wardatul Azizah, dan Imron Fauzi, Analisis Pemanfaatan Teknik *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) Terhadap Kecemasan Matematis Siswa, *Jurnal Pendidikan Matematika*, Vol. 3, No. 2, 2022. 402

konseli mengetahui yang harus dilakukan selama setiap sesi konseling, konseli lebih aktif mengikuti setiap sesi konseling.

4) Berfokus pada masalah dan berorientasi pada tujuan. Setiap sesi konseling dilakukan evaluasi untuk mengetahui seberapa jauh tujuan telah dicapai. Sebagai hasil dari evaluasi ini, diharapkan bahwa konseli menunjukkan respons terhadap pikiran-pikiran yang mengganggu tujuannya. Dengan kata lain, diharapkan bahwa fokus konseli tetap pada masalahnya.

5) Berfokus pada situasi saat ini. Konseling dimulai dengan melihat masalah konseli di tempat ini dan sekarang (*here and now*). Fokus konseling beralih ke dua situasi. Pertama, konseli dapat mengungkapkan sumber kekuatan yang digunakannya untuk melakukan kesalahannya. Kedua, dia dapat terjebak dalam proses berpikir yang menyimpang dan keyakinan yang dia miliki tentang masa lalunya, yang mungkin memungkinkan konseli untuk mengubah tingkah laku dan kepercayaan mereka ke arah yang lebih baik.⁷⁵

6) *Cognitive Behavioral Therapy* merupakan edukasi yang menekankan pencegahan dan mengajarkan konseli untuk menjadi terapis bagi diri mereka sendiri. Karena CBT berpendapat bahwa pikiran memengaruhi emosi dan perilaku, sesi pertama melibatkan proses konseling kognitif-perilaku dan model kognitif konseli. Konselor menemukan dan mengevaluasi proses berpikir dan keyakinan konseli, dan membantu menetapkan tujuan mereka. Kemudian membuat rencana pelatihan yang membantunya mengubah tingkah lakunya.

⁷⁵ Dewi Khurun Aini, Penerapan *Cognitive Behaviour Therapy* dalam Mengembangkan Kepribadian Remaja di Panti Asuhan, *Jurnal Ilmu Dakwah*, Vol. 39, No. 1, 2019. 78

7) *Cognitive Behavioral Therapy* berlangsung dengan waktu terbatas. Konseling biasanya membutuhkan antara enam dan empat belas pertemuan, tetapi agar prosesnya tidak membutuhkan waktu yang lama, diharapkan bahwa konselor secara konsisten membantu dan melatih klien untuk melakukan *self-help*.

8) Pertemuan Terapi Perilaku-Kognitif atau *Cognitive Behavioral Therapy* disusun dalam pola yang teratur. Susunan ini terbagi menjadi tiga bagian yang saling berhubungan dalam proses bimbingan. Bagian permulaan bertugas menilai kondisi emosi dan suasana hati orang yang dibimbing, mengulas kejadian-kejadian selama seminggu sebelumnya, dan menyusun agenda untuk setiap pertemuan bimbingan. Bagian pertengahan bertugas memeriksa penyelesaian tugas yang harus dikerjakan di rumah dan mendiskusikan permasalahan yang timbul dari setiap sesi bimbingan. Selain itu, pada bagian ini juga dirancang tugas-tugas baru yang perlu dilaksanakan di rumah. Pada bagian akhir mengevaluasi bagaimana setiap sesi konseling berjalan. Sesi konseling yang terstruktur ini membuat konseli lebih memahami proses konseling dan meningkatkan kemungkinan konseli dapat membantu diri sendiri setelah sesi konseling.

9) *Cognitive Behavioral Therapy* mengajarkan pasien untuk menemukan, mengevaluasi, dan menanggapi keyakinan dan pemikiran yang tidak berfungsi. Setiap hari konseli memiliki kesempatan untuk mempengaruhi suasana hati, emosi, dan tingkah laku. Konseli dibantu oleh konselor dalam mengidentifikasi pikirannya dan menyesuaikannya dengan realitas, serta membangun perspektif

adaptif yang mendorong untuk merasa lebih baik secara emosional, berperilaku, dan mengurangi masalah psikologis.

Konselor merancang pengalaman baru yang dikenal sebagai eksperimen perilaku. Dengan menguji kemampuan kognitif, konseli diajarkan untuk menciptakan pengalaman baru. Misalnya, diajarkan untuk mengembangkan pengalaman baru dengan mencoba mengatasi perasaan cemas mereka (misalnya, jika saya melihat gambar ini, saya merasa sangat cemas, tetapi saya pasti bisa menghilangkan perasaan cemas tersebut dan tetap tenang). Dengan ini, konselor melakukan eksperimen kolaboratif. Konseli dan konselor bekerjasama untuk membuat tanggapan yang lebih efektif dan akurat.

10) *Cognitive Behavioral Therapy* menggunakan berbagai pendekatan untuk mengubah tingkah laku, perasaan, dan pemikiran. Pertanyaan yang berbentuk sokratik memudahkan konseling cognitive-behavior.⁷⁶

Intervensi *Cognitive Behavioral Therapy* terbukti efektif dalam mengatasi masalah psikologis pada korban kekerasan dalam rumah tangga. Terutama, CBT dapat membantu mengurangi gejala *Post Traumatic Stress Disorder*, depresi, dan kecemasan, serta mendukung perubahan positif terkait tekanan emosional. Selain itu, terapi ini juga meningkatkan kepuasan hidup secara signifikan. *Cognitive Behavioral Therapy* dapat diterapkan pada individu dengan PTSD, yang

⁷⁶Dewi Khurun Aini, Penerapan *Cognitive Behaviour Therapy* dalam Mengembangkan Kepribadian Remaja di Panti Asuhan, *Jurnal Ilmu Dakwah*, Vol. 39, No. 1, 2019. 78

memiliki ketahanan emosional rendah, dan yang pernah mengalami kekerasan di masa lalu.⁷⁷

Cognitive behavior therapy dianggap sebagai pengobatan yang efektif untuk PTSD dan telah terbukti menurunkan masalah dan komorbiditas lainnya seperti depresi, kecemasan, kecacatan, atau gangguan fungsional. CBT biasanya terdiri dari 8–12 sesi mingguan selama 60–90 menit. Ini dapat diberikan baik sebagai terapi kelompok maupun individu. Rekomendasi American Psychological Association untuk terapi *Cognitive behavior therapy* adalah 1-2 kali seminggu dengan durasi 60-120 menit selama 4–16 minggu. CBT dapat mendorong pasien untuk mengevaluasi kembali pola pikir dan asumsi mereka untuk menemukan pola distorsi seperti generalisasi pikiran buruk yang berlebihan dan pemikiran negatif yang mengurangi pemikiran positif. Membantu mereka mengembangkan pola pikir yang lebih seimbang dan efisien. Untuk membantu pasien mengurangi penghindaran dan hubungan maladaptif dengan trauma, pemicu trauma atau emosi yang terkait dengan trauma sering digunakan.⁷⁸

c. Self-healing

Self-healing, menurut Ikhsan Bella Persada, M.Psi. Seorang psikolog adalah proses pemulihan diri dari trauma internal dan peristiwa negatif yang berdampak psikologis. Selanjutnya, Tchiki Davis, MA, PhD dari Berkeley Well Being Institute, menyatakan bahwa metode ini juga mencakup proses

⁷⁷ Ardhiyana Sidikka Utama dan Tri Kurniati Ambarini, *Cognitive Behaviour Therapy Untuk Mengatasi Gejala Post Traumatic Stress Disorder*, *Jurnal Psikologi Profesional*, Vol. 9, No. 2, 2023. 247

⁷⁸ Putri Sagita, Eti Apriliyana, Sofyan Mussabiq, dan Tri Umiana Soleha, *Intervensi Psikologis dan Farmakologis Pada Gangguan Stres Pasca Trauma*, *Medula*, Vol. 13, No. 4, 2023. 595

menyembuhkan kondisi kesehatan fisik. Tchiki Davis menjelaskan bahwa karena kesehatan fisik dan mental tidak dapat dipisahkan satusama lain, metode ini juga mencakup proses menyembuhkan kondisi kesehatan fisik. Kedua elemen ini berpengaruh satusama lain. Akibatnya, tujuan utama *self-healing* adalah untuk meningkatkan kesehatan mental dan fisik seseorang.⁷⁹

Self healing adalah proses penyembuhan luka batin yang dilakukan tanpa obat, tetapi dengan cara mengeluarkan perasaan dan emosi yang terpendam dalam tubuh. Luka batin yang bertahan lama dapat menyebabkan stres kronis, depresi, dan gangguan kecemasan, yang dapat memperburuk kesehatan mental. Dalam kasus yang parah, kondisi ini bisa mendorong seseorang untuk melukai diri sendiri atau mencoba bunuh diri. Penting untuk mengobati luka batin dengan bantuan tenaga profesional di bidang kejiwaan, seperti psikolog atau psikiater. Dalam proses perawatan, *self healing* bisa menjadi salah satu pendekatan yang perlu diterapkan.⁸⁰

Self healing proses perbaikan diri untuk melepaskan emosi dan kemarahan yang muncul akibat suatu penyebab. Selain itu, banyak orang melakukan *self healing* untuk mengatasi dan mengeluarkan kenangan buruk yang mengganggu pikiran mereka. Proses pemulihan dari pengalaman yang menyakitkan secara emosional, seperti stres dan trauma. Pengalaman ini meninggalkan luka yang

⁷⁹ Aditya Prasanda, Pengertian dan Cara *Self Healing* Yang Tepat Menurut Psikolog, 19 Januari 2022, https://www.klikdokter.com/psikologi/kesehatan-mental/pengertian-dan-cara-self-healing-yang-tepat-menurut-psikolog?srsId=AfmBOopyMj3w5utxQU24Nyj0pWbn_cfNJBYYZbTRbUVIrgRhyDrFsa5b

⁸⁰ Aprinda Puji, Apa itu *Self Healing* dan Macamnya?, 06 Desember 2022, <https://hellosehat.com/mental/self-healing/>

dapat menguras emosi, sehingga tubuh merasa lelah secara fisik dan mental. Meski proses penyembuhan luka batin berbeda-beda untuk setiap orang, penting untuk mengambil langkah penanganan agar kesedihan dan luka yang dialami tidak berlangsung lama.⁸¹

Self-healing adalah terapi psikologis yang bertujuan untuk mencapai kesehatan mental individu. Terapi ini sering digunakan untuk menangani trauma akibat bencana alam, kekerasan, mengurangi rasa nyeri pada pasien dengan sakit fisik, mengelola emosi, mengurangi kecemasan, dan berbagai masalah lainnya. Self healing tidak selalu memerlukan terapis, individu juga dapat melakukannya sendiri, yang disebut self-healing. Self-healing adalah proses pemulihan yang dilakukan oleh individu dengan insting dan bimbingan diri sendiri. Selain bisa dilakukan secara mandiri, self-healing juga melibatkan pengulangan untuk mendapatkan hasil yang lebih maksimal dalam mencapai kesehatan fisik dan mental.

Self-healing adalah pendekatan yang diperkenalkan oleh Loyd & Johnson, seorang psikolog dan terapis. Pendekatan ini melibatkan keterampilan untuk membantu dan menenangkan diri, pemulihan energi, mengurangi stres fisik, dan meningkatkan kenyamanan. Ada dua alasan munculnya self-healing: pertama, sebagai makhluk yang dianugerahi akal, manusia diharapkan untuk bertindak bijak; kedua, meskipun teknologi medis semakin maju, penyakit fisik yang dialami individu seringkali semakin parah. Self-healing berlandaskan pada prinsip

⁸¹ Alodokter, *Self Healing, Inilah 6 Cara Melakukannya*, 2024, <https://www.alodokter.com/self-healing-inilah-6-cara-melakukannya>

bahwa tubuh manusia memiliki kemampuan untuk memperbaiki dan menyembuhkan dirinya sendiri secara alami.⁸²

Tehnik-tehnik self-healing:

1. Melakukan kegiatan yang positif

Pada awal tahap pemulihan diri, sangat penting untuk menjauhi berbagai hal yang bersifat negatif yang dapat memicu stres. Diperlukan upaya yang sungguh-sungguh untuk melawan dampak negatif tersebut. Sebaiknya batasi diri dari menonton berita, membaca surat kabar, atau menggunakan media sosial yang tidak diperlukan. Alihkan fokus dengan melakukan kegiatan yang positif, misalnya membaca buku atau rutin mendengarkan lagu-lagu yang menyenangkan. Kebiasaan ini akan membantu otak mengirimkan sinyal positif, memperbaiki kondisi perasaan, dan mendukung proses pemulihan diri.⁸³

2. Melakukan meditasi mindfulness

Terapi mindfulness adalah cara untuk membantu seseorang melihat, merasakan, mengetahui, dan menyukai apa yang mereka fokuskan. Ini membuat mereka menjadi lebih terpusat dan sadar. Dengan meditasi mindfulness, seseorang dapat meningkatkan kesadaran terhadap pikiran, emosi, dan pola pikir yang tidak sehat. Meditasi Mindfulness, latihan yang bertujuan untuk memfokuskan perhatian dan kesadaran. Latihan ini menekankan pada pengamatan terhadap

⁸² Annisa Mutohharoh, *Self Healing: Terapi atau Rekreasi?*, *Artikel History*, 17 April 2024, 76-77.

⁸³ Kementerian Keuangan Republik Indonesia, *Self Healing: Bagaimana Diri Mengobati Luka*, 2021, <https://www.djkn.kemenkeu.go.id/kpknl-pangkalanbun/baca-artikel/13939/Self-Healing-Bagaimana-Diri-Mengobati-Luka.html>

pernapasan, sensasi tubuh, perasaan, dan pikiran yang mempengaruhi kondisi mental seseorang.⁸⁴

3. Menulis Ekspresif

Menulis ekspresif, yaitu cara mengekspresikan emosi melalui tulisan. Dalam menulis ekspresif, kita tidak perlu mengikuti aturan penulisan yang ketat. Fokus utamanya adalah untuk menyembuhkan diri, tanpa merasa terbebani oleh kualitas tulisan. Tujuan dari metode ini adalah untuk menggali kebutuhan dan merencanakan langkah ke depan. Agar maksimal, kita perlu jujur pada diri sendiri dan menuangkan perasaan tersebut dalam tulisan. Tidak ada yang benar atau salah dalam proses ini; yang penting adalah menulis apa adanya.⁸⁵

4. Ingat dan Terima

Tahap ini meminta korban untuk mengingat dan memproses konsekuensi dari peristiwa traumatis, sambil menjelajahi dan berinteraksi dalam lingkungan yang aman. Fokus utama adalah pada pemulihan fisik dan emosional. Cedera fisik akibat trauma dapat menghambat pemulihan kesehatan mental. Oleh karena itu, psikolog berperan penting dalam membantu korban mengatasi masalah traumatis selama proses pemulihan tersebut.

5. *Positive Self Talk*

Melakukan *positive self talk* yang positif secara mandiri adalah dengan menekankan bagaimana pikiran irasional muncul dengan tujuan membantu orang menyadari bahwa mereka perlu berubah. Setelah itu, menantang dan

⁸⁴ Made Adi Nugraha Tristaningrat, Meditasi Mindfulness Dalam Menjaga Emotional Stability, *Jurnal Pendidikan Agama Hindu*, Vol. 1, No.1, 2020. 27

⁸⁵ Redaksi Perempuan Berkisah, *Self Healing: Bukan Sekedar Refreshing, tetapi Memulihkan Luka Batin*, 11 November 2022. <https://www.perempuanberkisah.id/2022/11/11/self-healing-bukan-sekedar-refreshing-tetapi-memulihkan-luka-batin/>

mengeksplorasi pikiran irasional untuk membuat pikiran rasional, ide, tujuan, dan motivasi. Dan juga menggunakan kata-kata motivasi yang positif untuk mendukung perkembangan pikiran rasional. Teknik ini berhasil atau tidak bergantung pada kemampuan dan kesadaran individu untuk mengubah pikiran yang awalnya tidak rasional menjadi rasional.⁸⁶

6. *Guided imagery*

Guided imagery adalah metode relaksasi yang melibatkan penggambaran tempat dan kejadian yang berkaitan dengan perasaan relaksasi yang menyenangkan. Melalui khayalan ini, klien dapat merasakan keadaan atau pengalaman relaksasi yang lebih dalam. *Guided imagery* metode yang memanfaatkan imajinasi seseorang dalam cara yang telah dirancang khusus untuk mencapai efek positif tertentu. Metode ini sering digunakan untuk relaksasi, mengurangi stres, atau meningkatkan kesejahteraan mental. Korban dapat membayangkan sesuatu yang indah atau tempat yang disukai untuk mengalihkan perhatian dari nyeri. Ini bisa dilakukan dengan duduk atau berbaring, menutup mata, dan memfokuskan perhatian. Dengan cara ini, tubuh akan merasa rileks dan nyaman.⁸⁷

Efektivitas self-healing dalam mengurangi gejala *post traumatic stress disorder* bergantung pada metode yang digunakan, seberapa konsisten praktiknya, dan tingkat keparahan gejala individu. Teknik seperti mindfulness, melakukan

⁸⁶ Siloam Hospitals, Apa itu Self-Talk? Ketahui Manfaat dan Cara Menerapkannya, 22 Agustus 2024. <https://search.app/dMwZQfWApX6cYqdh7>

⁸⁷ Jannah Raudatul, *Mengenal Teknik Guided imagery Penurunan Kecemasan Pada Pasien PRE*, 15 Juni 2023. <https://rsud.mataramkota.go.id/baca-artikel?xId=1fc25901-4ea8-4715-b79f-6c3eeca48566&art=mengenal-teknik-guided-imagery;-penurunan-kecemasan-pada-pasien-pre-operasi>

kegiatan yang positif, menulis ekspresif, ingat dan terima, rekonstruksi hubungan, latihan pernapasan dapat membantu mengelola stres, mengurangi kecemasan, meningkatkan ketenangan emosional, dan *Guided imagery* yang dapat meredakan beberapa gejala PTSD. Namun, self-healing sebaiknya disertai dengan terapi profesional, seperti terapi kognitif-perilaku terutama pada kasus PTSD yang parah.

B. Perspektif hukum Islam terhadap upaya mengatasi *Post-Traumatic Stress Disorder* istri korban KDRT

Islam menekankan pentingnya perlindungan terhadap jiwa dan kesehatan mental sebagai bagian dari *maqasid syariah*, yaitu tujuan dalam hukum Islam, mendatangkan kemaslahatan dan menghindari kemudharatan bagi umat manusia dalam segala aspek kehidupan. Gangguan mental seperti *post traumatic stress disorder* yang dialami oleh istri korban kekerasan dalam rumah tangga menjadi perhatian penting.⁸⁸

Konteks *maqashid syariah*, gangguan mental seperti *post traumatic stress disorder* yang dialami oleh korban kekerasan dalam rumah tangga dianggap sebagai *dharar* (bahaya) yang harus diatasi. *Dharar* merujuk pada segala bentuk kerugian atau bahaya yang perlu dihindari, sesuai dengan prinsip fiqh "الضرر يزال" (bahaya harus dihilangkan). Dalam konteks ini, gangguan stress pasca trauma atau *post traumatic stress disorder* yang disebabkan oleh pengalaman

⁸⁸ Adnan Bayu Wicaksono dan Winning Son Ashari, Analisis Perlindungan Islam Terhadap Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga dalam Tinjauan Maqashid Syariah, *Rayah Al-Islam: Jurnal Ilmu Islam*, Vol. 8, No. 3, 2024.891

traumatis seperti KDRT merupakan bentuk dharar yang perlu ditangani agar individu dan masyarakat dapat mencapai kesejahteraan.

Perspektif Islam, rumah tangga adalah lembaga yang suci yang dibangun berdasarkan prinsip *sakinah, mawaddah, dan rahmah*. Segala bentuk kekerasan bertentangan dengan nilai-nilai ini dan tidak sesuai dengan ajaran Islam yang mengutamakan keadilan, kasih sayang, dan menghormati hak setiap orang. Untuk memahami bagaimana Islam memandang kekerasan dalam rumah tangga, bisa melihat dari *Maqashid syariah*. *Maqashid syariah* adalah inti dari hukum Islam yang bertujuan menciptakan kesejahteraan manusia.

Maqashid syariah, sebagaimana dirumuskan oleh Al-Ghazali dan dikembangkan oleh Asy-Syatibi dengan melindungi lima hal penting: agama (*hifz al-din*), jiwa (*hifz al-nafs*), akal (*hifz al- 'aql*), keturunan (*hifz al-nasl*), dan harta (*hifz al-mal*). Konsep ini dibuat untuk menjaga kehidupan manusia agar berjalan harmonis dengan memastikan setiap orang terlindungi dari berbagai bentuk bahaya, baik fisik, mental, maupun sosial. Dengan kata lain, *Maqashid syariah* tidak hanya fokus pada pelaksanaan hukum secara tekstual, tapi juga pada tercapainya tujuan moral dan sosial yang lebih luas, termasuk menghapus kekerasan dalam rumah tangga yang merusak keluarga dan masyarakat.

Maqashid syariah berperan sebagai petunjuk pokok dalam menetapkan arah dan sasaran penerapan hukum Islam. Gagasan ini mula-mula dirintis oleh ulama besar seperti Al-Ghazali dan Asy-Syatibi, yang menegaskan bahwa syariah diturunkan untuk mewujudkan kemaslahatan umat dengan cara memelihara

kepentingan asasi manusia. Penekanan pada pemeliharaan 5 aspek pokok ini memberikan sudut pandang menyeluruh mengenai maksud hukum Islam, yang tidak sekadar tertuju pada sanksi atau hukuman, melainkan juga pada perwujudan keadilan, kesejahteraan, serta perlindungan pribadi dari berbagai bentuk kemudharatan.

Hukum Islam hadir di dunia dengan tujuan yang sangat baik, yaitu sebagai rahmat untuk semua manusia di bumi. Syari'ah bertujuan untuk merealisasikan kemaslahatan umum, memberikan kemanfaatan, dan menghindari kemafsadatan bagi umat manusia. Menurut pandangan al-Syathibi, seorang ahli hukum Islam dari kalangan Mazhab Maliki, mengembangkan doktrin *Maqashid al-Syari'ah* dengan menjelaskan bahwa tujuan akhir hukum Islam adalah satu: kemaslahatan atau kebaikan dan kesejahteraan umat manusia. Al-Syathibi berpendapat bahwa Tuhan melembagakan syari'ah (hukum Islam) demi kemaslahatan manusia, baik untuk saat ini maupun masa depan. Perlindungan hukum dalam keluarga sangat penting karena keluarga dibentuk dengan prinsip *mu'asyarah bi al-ma'ruf*.⁸⁹

Kekerasan Dalam Rumah Tangga sering dibahas dalam konteks hubungan antara suami dan istri menurut hukum Islam. Menurut pandangan Yusuf al-Qaradawi, ajaran Islam sangat menghargai prinsip kasih sayang dan kelembutan dalam keluarga. Semua jenis kekerasan, baik yang menyakiti tubuh maupun perasaan, dianggap bertentangan dengan tujuan ini. Kekerasan dalam rumah

⁸⁹ Bustanul Arifin, Perlindungan Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Perspektif Hukum Islam, *De Jure : Jurnal Hukum dan Syari'ah*, Vol. 8, No. 2, 2016. 116

tangga melanggar nilai-nilai Islam yang mengutamakan keadilan dan perlindungan setiap orang.

Ajaran Islam memandang persoalan Kekerasan Dalam Rumah Tangga dengan sikap yang jelas dan keras. Berdasarkan pemikiran Mazhab Syafi'i, tindak KDRT tergolong sebagai perbuatan dosa yang berat dan berlawanan dengan nilai-nilai utama dalam Islam yang menekankan perlunya bersikap adil, berkasih sayang, dan saling menghargai dalam pergaulan sesama manusia. Dalam pandangan agama Islam, kehidupan berumah tangga dipandang sebagai suatu kesatuan utuh yang perlu dipelihara kerukunan di dalamnya. Menurut pandangan Madzhab Imam Syafi'i, semua tindakan kekerasan yang berlangsung dalam lingkup keluarga adalah perbuatan tercela yang tidak dapat dibenarkan dan wajib ditangani. Tindakan kasar terhadap tubuh, pemaksaan hubungan suami istri, penghinaan terhadap perasaan, atau penahan nafkah termasuk dalam pelanggaran berat yang merusak kesejahteraan individu.

Madzhab Syafi'i menerima dan melindungi hak perempuan dalam kehidupan berumah tangga. Undang-Undang KDRT yang dibuat untuk melindungi perempuan dari bermacam bentuk kekerasan memperkuat pandangan ini dan menambah perlindungan hukum bagi perempuan. Undang-Undang KDRT menyajikan cara dan aturan hukum untuk melindungi orang yang menjadi korban serta memberi hukuman kepada pelaku kekerasan, hal ini selaras dengan dasar-dasar keadilan yang diajarkan dalam Madzhab Syafi'i. Aturan ini meliputi proses pemeriksaan kasus, pelaksanaan hukum, dan pengamanan terhadap korban.

Korban yang mengalami pengalaman traumatis yang menyebabkan ketakutan dan kecemasan secara tiba-tiba sebagai akibat dari peristiwa yang terjadi. Salahsatu faktor yang dapat menyebabkan stres yang signifikan adalah pengalaman traumatis. Perubahan yang terjadi secara tiba-tiba membuat orang sulit untuk menyesuaikan diri dengan perubahan tersebut. Jika sulit untuk menyesuaikan diri dengan perubahan tersebut, korban akan mengalami stres yang signifikan atau *post traumatic stress disorder*. Dalam Al-Qur'an, terdapat penjelasan mengenai bagaimana Allah SWT, akan memberikan ujian kepada seluruh umat-Nya tanpa terkecuali. Diungkapkan dalam firman-Nya yang terdapat di surah Al-Baqarah ayat 214 yang berbunyi:

أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تُدْخَلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُمْ مَثَلُ الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلِكُمْ مَسَّتْهُمُ الْبَأْسَاءُ
وَالضَّرَّاءُ وَزُلْزَلُوا حَتَّى يَقُولَ الرَّسُولُ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ مَتَى نَصُرُ اللَّهُ ۗ أَلَا إِنَّ
نَصَرَ اللَّهِ قَرِيبٌ

Terjemahnya:

Apakah kamu mengira bahwa kamu akan masuk surga, padahal belum datang kepadamu (cobaan) seperti (yang dialami) orang-orang terdahulu sebelum kamu. Mereka ditimpa kemelaratan, penderitaan, dan diguncang (dengan berbagai cobaan) sehingga Rasul dan orang-orang yang beriman bersamanya berkata, “Kapankah datang pertolongan Allah?” Ingatlah, sesungguhnya pertolongan Allah itu dekat.⁹⁰

Islam dikenal sebagai agama yang membawa kasih sayang untuk seluruh alam dan sangat menghargai nilai-nilai kemanusiaan. Dalam ajaran Islam, perempuan atau istri memiliki derajat yang tinggi dan dilindungi hak-haknya. Islam menekankan bahwa suami dan istri memiliki kesetaraan, yang mendorong

⁹⁰ Kementerian Agama Republik Indonesia, Al-Qur'an dan Terjemahannya, (Jakarta: Kementerian Agama RI) 2021

perlakuan adil antara keduanya. Islam memberikan perlindungan terhadap istri melalui dua pendekatan. Pertama, melalui pencegahan dengan menerapkan *mu'asyarah bi al-ma'ruf*, yaitu berinteraksi dengan baik antara suami dan istri, serta memberikan hak-hak yang seharusnya dimiliki oleh masing-masing pihak untuk menjaga keharmonisan dalam rumah tangga. Selain itu, penting untuk memahami konteks Al-Qur'an dengan benar. Kedua, jika terjadi kekerasan dalam rumah tangga, tindakan yang diambil adalah melibatkan pihak ketiga (hakam) untuk membantu menyelesaikan masalah.⁹¹

Post-Traumatic Stress Disorder atau gangguan stres pasca trauma pada istri korban kekerasan dalam rumah tangga dalam perspektif Islam menunjukkan pemahaman tentang dampak psikologis yang disebabkan oleh kekerasan. Dalam Islam, kekerasan terhadap perempuan dilarang, dan tindakan yang menyebabkan trauma baik fisik maupun psikologis melanggar prinsip kasih sayang dan keadilan yang diajarkan dalam agama. Islam mengenal konsep stres, yang disebut dalam Al-Qur'an sebagai konsep beban. Konsep beban menggambarkan masalah yang dihadapi manusia. Konsep beban ini memicu penelitian tentang stres. Al-Qur'an menjelaskan secara jelas tentang konsep beban dalam menghadapi masalah manusia, dalam surah Al-Baqarah ayat 286:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِن نَّسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا

⁹¹ Adnan Bayu Wicaksono dan Winning Son Ashari, *Analisis Perlindungan Islam Terhadap Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga dalam Tinjauan Maqashid Syariah*, Rayah Al- Islam, Vol. 8, No. 3. 2024. 890

وَلَا تُحْمِلُنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا
عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

Terjemahnya:

Allah tidak membebani seseorang, kecuali menurut kesanggupannya. Baginya ada sesuatu (pahala) dari (kebajikan) yang diusahakannya dan terhadapnya ada (pula) sesuatu (siksa) atas (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa,) “Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami salah. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani orang-orang sebelum kami. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami. Maka, tolonglah kami dalam menghadapi kaum kafir.”⁹²

Menurut seorang ulama asal Turki yaitu Baiuzzman Said Nursi menunjukkan bahwa gangguan kejiwaan disebabkan oleh kebutuhan spiritual yang tidak terpenuhi. Kehidupan manusia yang lebih fokus pada aspek fisik membuat mereka mengabaikan aspek spiritual dalam diri. Ketidakpuasan terhadap kebutuhan spiritual ini dapat memicu gangguan kejiwaan. Kualitas keimanan tidak hanyamenentukan posisi seseorang di hadapan Tuhan, tetapi juga sangat berhubungan dengan kesehatan mental. Dr. Yusuf al-Qardhawi menyatakan bahwa menyembuhkan jiwa yang sakit dengan memperbaiki keimanan adalah cara yang tepat, karena keimanan tidak melihat perbedaan fisik antara individu.

⁹² Kementerian Agama Republik Indonesia, Al-Qur'an dan Terjemahannya, (Jakarta: Kementerian Agama RI) 2021

Dengan memperbaiki keimanan, seseorang bisa mengubah hidupnya secara total.⁹³

Gangguan mental atau gangguan jiwa adalah kondisi di mana seseorang menunjukkan perilaku yang abnormal atau menyimpang dari norma-norma masyarakat. Perilaku ini dapat berupa pikiran, perasaan, atau tindakan. Contohnya, stres, depresi, *post traumatic stress disorder*, dan kecanduan alkohol termasuk dalam kategori gangguan mental karena adanya penyimpangan dalam cara berpikir atau berperilaku. Penyakit mental seperti stres, kilas balik, perasaan tidak dihargai, ketakutan, depresi, dan mimpi buruk termasuk dalam gangguan jiwa yang dibahas dalam psikologi Islam. Pendekatan holistik yang menggabungkan aspek spiritual dan moral sangat penting dalam mengatasi masalah kesehatan mental. Kunci dari gangguan mental adalah adanya penurunan fungsi mental yang menyebabkan ketidakwajaran dalam berperilaku. Gangguan mental ini sesuai dengan QS. Al-Baqarah ayat 10:

فِي قُلُوبِهِمْ مَّرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ ۗ ۙ بِمَا كَانُوا يَكْذِبُونَ

Terjemahnya:

Dalam hati mereka ada penyakit, lalu Allah menambah penyakitnya dan mereka mendapat azab yang sangat pedih karena mereka selalu berdusta.⁹⁴

Ciri-ciri mental yang tidak sehat meliputi:

⁹³ Hamid Fahmy Zarkasyi, Jarman Arroisi, Amal Hizbullah, dan Dahniar Maharani, Iman dan Kesehatan Psikis Perspektif Said Nursi (Kajian Psikoterapi dalam Risale-I Nue), *Jurnal Studi Agama-Agama dan Pemikiran Islam*, Vol. 18, No. 1, 2020. 5

⁹⁴ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Jakarta: Kementerian Agama RI) 2021

- a. Perasaan tidak nyaman (*inadequacy*): Merasa kurang baik atau tidak mampu.
- b. Perasaan tidak aman (*insecurity*): Merasa ragu atau tidak yakin terhadap diri sendiri dan situasi.
- c. Kurangnya rasa percaya diri (*self-confidence*): Tidak percaya pada kemampuan diri sendiri.
- d. Kurangnya pemahaman diri (*self-understanding*): Sulit memahami perasaan dan pikiran sendiri.
- e. Kurangnya kepuasan dalam hubungan sosial: Tidak puas atau bahagia dalam berinteraksi dengan orang lain.
- f. Kepribadian yang terganggu: Memiliki masalah dalam aspek kepribadian yang mempengaruhi cara berinteraksi dan berfungsi dalam kehidupan sehari-hari.⁹⁵

1) Psikologi Islam

Psikologi Islam adalah studi tentang psikologi yang dimulai pada awal 1960-an. Penelitian ini dipelopori oleh dokter Zakiah Djarat yang mencoba mengenalkan psikologi dari perspektif agama. Minat terhadap psikologi Islam baru bangkit secara signifikan pada tahun 1994 melalui sebuah simposium nasional. Sebelumnya, ada banyak istilah yang diusulkan untuk bidang ini, seperti psikologi Al-Qur'an dan psikologi Sufi, tetapi akhirnya istilah yang digunakan adalah psikologi Islam. Penelitian psikologi umumnya mempelajari perilaku manusia. Namun, penelitian dalam psikologi Islam memiliki ciri khas yang

⁹⁵ Purmansyah Ariadi, Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam, *Syifa' Medika*, Vol. 3, No. 2, 2013. 122-123

berbeda dari aliran psikologi lainnya. Menurut Baharuddin, Psikologi Islam adalah aliran baru yang berbasis Islam, dengan teori dan konsep yang konstruktif.⁹⁶

Psikologi Islam berlandaskan pada ajaran Islam yang terdapat dalam Al Quran dan Hadits. Pemikirannya menegaskan bahwa manusia adalah makhluk ciptaan Allah, sehingga penciptanya lebih memahami ciptaannya dibandingkan manusia itu sendiri. Pedoman dari Allah tersebut terdapat dalam Al Quran dan Hadits. Selain itu, psikologi Islam juga membahas dimensi baru dalam diri manusia dengan mengintegrasikan aspek metafisik dan spiritual.⁹⁷

Menurut Nashori, psikologi Islam dibagi menjadi dua kategori: intervensi yang murni bersumber dari ajaran Islam dan intervensi yang mengintegrasikan Islam dengan psikologi kontemporer. Intervensi Islam orisinal dikembangkan berdasarkan pemahaman Al-Qur'an dan Al-Hadis yang ditafsirkan oleh ahli yang berkompeten. Terdapat dua jenis terapi dalam intervensi Islam orisinal, yaitu terapi berbasis ibadah dan terapi berbasis akhlak. Intervensi yang berbasis ibadah meliputi Zikir, Do'a, membaca atau mendengarkan Al-Qur'an, Salat, Puasa, Haji, dan Zakat. Sementara itu, akhlak juga menekankan penting sikap Ikhlas, Ridha, Syukur, Qanaah, Sabar, Lapang dada, Tawadhu, Pemaafan, Husnudzon, Tawakal, Muhasabah, dan Tafakkur.⁹⁸

⁹⁶ Dr. Zuhdiyah, M. Ag, Dr. Vivik Shofiah, S.Psi., M.Si., Dkk, *Bunga Rampai: Integrasi Psikologi Islam*, (Palembang: UIN Raden Fatah Press, Cetakan I, 2023), 15

⁹⁷ Muhamad Alif Maulana, Psikologi Islam dan Implikasinya dalam Praktik Bimbingan Konseling sebagai Upaya Menjaga Kesehatan Mental, *Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, dan Konseling Islam*, Vol. 7, No. 2, 2024. 646

⁹⁸ Dr. H. Fuad Nashori, M.Si., M.Hum, Susilo Wibisono, S.Psi., M.Si, dkk, *Psikologi Islam: dari Konsep Hingga Pengukuran*, (Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, Cetakan I 2016) 12

Kajian Psikologi, jiwa yang mempunyai kekuatan untuk bertahan di sebut resiliensi. Resiliensi adalah kemampuan individu untuk beradaptasi dan menghadapi berbagai masalah, sehingga memungkinkan mereka untuk menjaga stabilitas dalam hidup. Dengan resiliensi, seseorang dapat mengubah permasalahan menjadi tantangan, kegagalan menjadi kesuksesan, dan ketidakberdayaan menjadi kekuatan. Namun, tidak semua orang memiliki kemampuan ini. Beberapa individu mungkin merasa tidak bisa mengatasi masalah dan tanggung jawab yang dihadapi, bahkan ada yang memilih untuk bunuh diri ketika merasa tidak mampu bertahan dengan kesulitan hidup.⁹⁹ Al-Qur'an sebagai pedoman hidup umat Islam memberikan motivasi kepada pemeluknya untuk menjadi individu yang optimis. Dijelaskan dalam Surat Az-Zumar ayat 53:

قُلْ يٰعِبَادِيَ الَّذِينَ ۤاسْرَفُوۡا عَلٰۤى اَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوۡا مِنْ رَّحْمَةِ اللّٰهِ ۗ اِنَّ اللّٰهَ يَغْفِرُ الذُّنُوۡبَ جَمِيۡعًا ۗ اِنَّهٗ هُوَ الْغَفُوۡرُ الرَّحِيۡمُ;

Terjemahnya:

Katakanlah (Nabi Muhammad), “Wahai hamba-hamba-Ku yang melampaui batas (dengan menzalimi) dirinya sendiri, janganlah berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa semuanya. Sesungguhnya Dialah Yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.¹⁰⁰

Kajian psikologi menunjukkan bahwa pikiran seseorang dapat memengaruhi perilakunya dan berdampak pada lingkungan sekitar. Jika seseorang selalu berpikir negatif, maka hal-hal yang ada di pikirannya berpotensi menjadi kenyataan. Pola pikir, kesedihan berkelanjutan, dan persepsi negatif dapat membentuk kondisi yang membuat individu tidak melakukan yang terbaik,

⁹⁹ Muhammad Syafiq Mughni dan Muhammad Marzuk, Tafsir Ayat Psikologis Memaknai Ayat Al-Qur'an Tentang Resiliensi Jiwa dan Urgensinya dalam Kehidupan Sosil, *AL-AFKAR: Journal for Islamic Studies*, Vol. 5, No. 4, 2022. 102

¹⁰⁰ Kementerian Agama Republik Indonesia, Al-Qur'an dan Terjemahannya, (Jakarta; Kementerian Agama RI) 2021

sehingga hasilnya seringkali buruk dan gagal. Selain itu, individu tersebut cenderung berpikir negatif tentang persepsi orang lain terhadapnya. Oleh karena itu, berpikir positif menjadi solusi untuk mengatasi pola pikir negatif ini dan sangat penting untuk membangun optimisme serta ketahanan diri.¹⁰¹

Psikoterapi Islam dalam sudut pandang psikologi Islam dapat dipahami sebagai metode untuk mencegah dan mengobati masalah mental yang tumbuh akibat tantangan hidup manusia. Metode ini menggabungkan pendekatan spiritual dengan pendekatan psikologi dalam konteks ajaran Islam, yang bisa dilakukan secara mandiri oleh individu atau oleh seorang psikoterapis kepada kliennya.

Psikoterapi adalah suatu metode untuk menyembuhkan dan mengobati penyakit, baik yang bersifat fisik maupun mental. Dengan penerapan teknik-teknik tertentu. Menurut Al-Ghazali, psikoterapi melibatkan penghindaran dan pengabaian terhadap semua tindakan serta perilaku yang rendah dan negatif yang mampu merusak jiwa manusia, sembari melaksanakan tindakan atau perilaku positif untuk membersihkannya. Tindakan atau perilaku negatif dapat diatasi, dihilangkan, dan dihapus melalui tindakan atau perilaku yang positif. Dihubungkan dengan istilah Islam, psikoterapi dapat diartikan sebagai suatu metode untuk menyembuhkan dan mengobati penyakit. Proses penyembuhan dan pengobatan ini memanfaatkan terapi atau arahan serta bimbingan yang bersumber

¹⁰¹ Muhammad Syafiq Mughni dan Muhammad Marzuk, Tafsir Ayat Psikologis Memaknai Ayat Al-Qur'an Tentang Resiliensi Jiwa dan Urgensinya dalam Kehidupan Sosil, *AL-AFKAR: Journal for Islamic Studies*, Vol. 5, No. 4, 2022. 109

dari Al-Qur'an dan hadis atau Sunnah Nabi SAW. Terapi ini dapat diterapkan untuk berbagai macam penyakit baik yang bersifat mental maupun fisik.¹⁰²

a. Psikoterapi melalui iman

Salahsatu jenis psikoterapi Islam adalah psikoterapi melalui iman. Di mana korban menerima penderitaan dan percaya bahwa akan ada pertolongan dari Allah SWT. Asumsi bahwa terdapat pertolongan dari Allah karena apa yang dialami seseorang, peristiwa baik maupun buruk, sudah sesuai dengan kemampuan setiap individu. Individu yang mengalami gangguan kejiwaan sebagai akibat dari masalah yang ada dalam kehidupan manusia. Jika iman muncul dalam hati dan digunakan dalam tindakan, maka Allah Swt, akan memberinya petunjuk untuk mengatasi masalah yang dialami.¹⁰³ Sebagaimana yang terdapat dalam surah At-Tagabun ayat 11:

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَمَنْ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ يَهْدِ اللَّهُ قَلْبَهُ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ

Terjemahnya:

Tidak ada suatu musibah pun yang menimpa (seseorang), kecuali dengan izin Allah. Siapa yang beriman kepada Allah, niscaya Dia akan memberi petunjuk kepada hatinya. Allah Maha Mengetahui segala sesuatu.¹⁰⁴

Metode psikoterapi melalui iman sangat efektif untuk kesehatan jiwa.

Sebagaimana disebutkan dalam Al-Qur'an surah Ar-Ra'd ayat 28:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۗ

¹⁰² Hamdi Abdul Karim, Menilik Pengelolaan dan Pelaksanaan Ibadah sebagai Sarana Psikoterapi dalam Islam, *Al-Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 12, No. 1, 2021. 17

¹⁰³ Dr. Ahmad Rusdi, MA.Si. dan Prof. Subandi, MA, Ph.D, *Psikologi Islam: Kajian Teoretik dan Penelitian Empirik*, (Yogyakarta: Asosiasi Psikologi Islam 2019) 240

¹⁰⁴ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Jakarta: Kementerian Agama RI) 2021

Terjemahnya:

(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenang.¹⁰⁵

Penggunaan psikoterapi dengan iman. Hal yang paling penting adalah kepercayaan dan keyakinan terhadap kekuasaan dan kehendak Allah Swt. Harus memiliki dua hal, yaitu percaya dan yakin. Jangan ragu atau membandingkan diri dengan kekuatan lain, hanya meminta dan memohon kepada Allah Swt.¹⁰⁶ Sebagaimana disebutkan dalam surah Al-An'am ayat 82, yang berbunyi sebagai berikut:

الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَٰئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُونَ ٤

Terjemahnya:

Orang-orang yang beriman dan tidak mencampuradukkan iman mereka dengan kezaliman (syirik), merekalah orang-orang yang mendapat rasa aman dan mendapat petunjuk.¹⁰⁷

b. Psikoterapi melalui sholat

Melaksanakan kewajiban ibadah yang ditetapkan oleh Allah SWT, seperti sholat, puasa, haji, dan zakat, yang dapat membantu membersihkan dan menenangkan jiwa yang sedang gelisah, kesedihan yang berlarut-larut, takut, dan perasaan negatif. Seluruh serangkaian ibadah ini mampu membuat hati bercahaya dan siap untuk menerima cahaya, petunjuk, serta hikmah yang berasal dari Allah. Allah SWT, berfirman dalam QS, Az-Zumar ayat 22:

¹⁰⁵ Kementerian Agama Republik Indonesia, Al-Qur'an dan Terjemahannya, (Jakarta: Kementerian Agama RI) 2021

¹⁰⁶ Dr. Ahmad Rusdi, MA.Si. dan Prof. Subandi, MA, Ph.D, *Psikologi Islam: Kajian Teoretik dan Penelitian Empirik*, (Yogyakarta: Asosiasi Psikologi Islam 2019) 241

¹⁰⁷ Kementerian Agama Republik Indonesia, Al-Qur'an dan Terjemahannya, (Jakarta: Kementerian Agama RI) 2021

أَفَمَنْ شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ فَهُوَ عَلَى نُورٍ مِّنْ رَبِّهِ قَوَّيْلٌ لِّلْقَسِيَةِ قُلُوبُهُمْ مِّنْ ذِكْرِ
اللَّهِ ۗ أُولَٰئِكَ فِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ

Terjemahnya:

Maka, apakah orang yang Allah bukakan hatinya untuk (menerima) agama Islam, lalu mendapat cahaya dari Tuhannya (sama dengan orang yang hatinya membatu)? Maka, celakalah mereka yang hatinya membatu dari mengingat Allah. Mereka itu dalam kesesatan yang nyata.¹⁰⁸

Sholat memiliki dampak yang sangat signifikan untuk mengatasi perasaan takut, gelisah, stress, trauma, dan cemas yang ada dalam diri manusia. Dengan melaksanakan sholat dengan penuh ketulusan, yaitu dengan maksud untuk berserah diri sepenuhnya kepada Allah dan mengesampingkan semua kesibukan serta persoalan hidup, seseorang akan merasakan ketenangan, kenyamanan, dan kedamaian. Perasaan gelisah, tekanan, kecemasan, dan kesedihan yang selalu membebani hidupnya akan menghilang.¹⁰⁹ Sholat adalah penyejuk bagi hati dan penenang bagi jiwa. Waktu untuk berdoa bagi individu yang hatinya gelisah dan jiwanya tidak tenang adalah saat melaksanakan sholat, terutama ketika sujud. Dalam posisi sujud, seorang hamba berada dalam kedekatan dengan Allah. Diriwatkan oleh Abdullah bin Muhammad bin al-Hanafiyyah:

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ كَثِيرٍ، أَخْبَرَنَا إِسْرَائِيلُ، حَدَّثَنَا عُثْمَانُ بْنُ الْمُغِيرَةِ، عَنْ سَالِمِ بْنِ أَبِي
الْجَعْدِ، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مُحَمَّدِ بْنِ الْحَنْفِيَّةِ، قَالَ انْطَلَقْتُ أَنَا وَآبِي، إِلَى صَهْرٍ لَّنَا مِنَ
الْأَنْصَارِ نَعُودُهُ فَحَضَرَتِ الصَّلَاةُ فَقَالَ لِبَعْضِ أَهْلِهِ يَا جَارِيَةُ انْتُونِي بِوَضُوءٍ لِّعَلِّي
أُصَلِّي فَأَسْتَرِيحَ - قَالَ - فَأَنْكَرْنَا ذَلِكَ عَلَيْهِ فَقَالَ سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَقُولُ " قُمْ يَا بِلَالُ
أَقِمْ قَارِحَنَا بِالصَّلَاةِ " .

¹⁰⁸ Kementerian Agama Republik Indonesia, Al-Qur'an dan Terjemahannya, (Jakarta: Kementerian Agama RI) 2021

¹⁰⁹ Ahmad Zaini, Shalat Sebagai Terapi Bagi Pengidap Gangguan Kecemasan dalam Perspektif Psikoterapi Islam, *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 6, No. 2. 2015. 327

Artinya:

Aku dan ayahku pergi ke rumah ayah mertuaku dari kaum Ansar untuk menjenguknya saat sakit. Waktu sholat pun tiba. Dia berkata kepada salah satu kerabatnya: Wahai gadis! bawakan aku air untuk berwudhu agar aku shalat dan mendapat kenyamanan. Kami keberatan dengannya karena hal itu. Dia berkata: Saya mendengar Rasulullah (ﷺ) bersabda: Bangunlah Bilal, dan berilah kami kenyamanan dengan shalat.¹¹⁰

Keterkaitan individu dengan Tuhannya selama melaksanakan sholat dapat menciptakan energi spiritual yang kuat, yang berdampak signifikan dalam aspek fisik dan mental. Energi spiritual ini sering kali membantu dalam mengurangi stres, mengatasi kelemahan, dan menyembuhkan sejumlah penyakit. Para dokter mencatat bahwa penyembuhan dapat terjadi dengan sangat cepat untuk beberapa jenis penyakit ketika pasien berada di tempat ibadah haji atau di tempat ibadah lainnya. Sholat memiliki peranan krusial dalam mengatasi perasaan yang dapat menimbulkan kecemasan dan menjadi faktor utama penyakit mental. Ini bisa terjadi karena ritual salat dapat memberikan pengampunan atas kesalahan seseorang, membersihkan jiwa dari noda-noda kesalahan, serta menumbuhkan harapan untuk mendapatkan ampunan dan keridhaan dari Allah swt.¹¹¹

c. Psikoterapi melalui dzikir

Dzikir dalam Bahasa Arab berarti mengenang, sedangkan dalam konteks syariat merujuk pada mengingat Allah SWT. Dengan tujuan untuk mendekatkan diri kepada-Nya dan senantiasa meminta pengampunan atas setiap kesalahan dan kelalaian. Salah satu manfaat dari dzikir adalah mampu membawa rasa tenang dan

¹¹⁰ Muqbil Bil Hadi Al-Wadi'I, 'Al-Jami' Ash-Shahih Mimma Laysa Fi Ash-Shahihain, (Ma'ba Al-Imam Ibn Taimiyah: Kairo, Mesir) 384

¹¹¹ Ahmad Zaini, Shalat Sebagai Terapi Bagi Pengidap Gangguan Kecemasan dalam Perspektif Psikoterapi Islam, *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 6, No. 2. 2015. 327

damai terhadap korban yang mengalami gangguan stress, sehingga mereka dapat terhindar dari perasaan cemas, trauma, bahkan kesedihan yang berlangsung lama. Berdzikir adalah perintah dari Allah swt untuk menjaga manusia dari sifat kesombongan atau angkuh. Seperti firman Allah dalam QS. Al-Ahzab ayat 41:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا

Terjemahnya:

Wahai orang-orang yang beriman, ingatlah Allah dengan zikir sebanyak-banyaknya.¹¹² Beberapa bentuk dalam melakukan dzikir, sebagai berikut:

- a) Dzikir hati merupakan cara untuk mengingat Allah melalui renungan dan pemikiran tentang keagungan serta kebesaran dari ciptaan-Nya. Bertujuan agar manusia mampu untuk selalu kembali kepada-Nya, di mana segala yang diciptakan dan setiap peristiwa memiliki makna dan pelajaran yang mendalam bagi kehidupan manusia, serta menjalani apa yang terjadi di dalam kehidupan. Segala pikiran juga harus dipastikan sesuai dengan keyakinan yang ada dalam hati dan jiwa. Penting untuk tidak mengabaikan penyebutan Allah, agar tidak terpengaruh oleh bisikan syaitan yang bisa membuat manusia lalai. Nabi Muhammad saw berharap agar umatnya memiliki hubungan yang erat dengan Allah swt dalam setiap situasi, serta senantiasa mengingat dan menyebut-Nya.
- b) Dzikir lisan, yaitu dzikir yang dilakukan dengan mengucapkan kalimat-kalimat positif menggunakan mulut dan suara. Contohnya termasuk menyebutkan asmaul husna, tasbih, tahmid, takbir, istigfar, shalawat, serta membaca Alquran dan lainnya.

¹¹² Kementerian Agama Republik Indonesia, Al-Qur'an dan Terjemahannya, (Jakarta: Kementerian Agama RI) 2021

c) Dzikir yang berupa tindakan, yaitu kepercayaan dan ketakwaan, merupakan jenis dzikir yang dilaksanakan bersamaan dengan tindakan nyata sebagai bukti keimanan dalam melaksanakan semua perintah Allah, serta menjauhi segala yang dilarang oleh Allah swt sebagai ungkapan kasih dan ketaatan manusia sebagai hamba-Nya. Melalui aspek keimanan dan ketakwaan, ini secara otomatis menjadi cara untuk mengingat Allah. Hal ini karena individu selalu merasa diawasi dan diperhatikan, yang nantinya akan dimintai pertanggungjawaban di akhirat kelak.

Melaksanakan dzikir dapat memperkuat jiwa yang tentunya berimbas pada kesehatan mental individu. Melalui dzikir, individu bisa mencapai keseimbangan jiwa, sebab harapan dan penolakan adalah dua aspek yang senantiasa mengelilingi kehidupan manusia. Dengan dzikir, individu akan menemukan keutuhan jiwa dan pikiran. keutuhan tersebut akan menyatukan kualitas kepribadian untuk mencapai ketenangan jiwa karena kepercayaan kepada Allah. Akibatnya, akan menumbuhkan keberanian untuk menghadapi berbagai kemungkinan dalam hidup.¹¹³Psikoterapi melalui puasa

Berpuasa sangat penting untuk mendapatkan kesehatan tubuh, asalkan dilakukan dengan cara yang tepat dan sesuai dengan cara yang ditetapkan. Jika puasa dilaksanakan tanpa mematuhi ketentuan seperti tidak melakukan sahur dan berbuka, atau sebaliknya berbuka dengan berlebihan, hal tersebut dapat menimbulkan masalah kesehatan dan merusak sistem pencernaan dalam tubuh. Dijelaskan dalam QS. Al-A'raf ayat 30:

¹¹³ Meisil B Wulur, *Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Penerbit Deepublish Grup Penerbitan CV Budi Utama 2015) 39-45

﴿يَبْنِيْ اَدَمَ خُدُوْا زِيْنَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوْا وَاشْرَبُوْا وَلَا تُسْرِفُوْا اِنَّهٗ لَا يُحِبُّ
الْمُسْرِفِيْنَ ؕ﴾

Terjemahnya:

Wahai anak cucu Adam, pakailah pakaianmu yang indah pada setiap (memasuki) masjid dan makan serta minumlah, tetapi janganlah berlebihan. Sesungguhnya Dia tidak menyukai orang-orang yang berlebihan¹¹⁴.

Manfaat berpuasa bagi kesehatan lambung atau perut adalah memberi kesempatan bagi lambung atau perut untuk membuang racun atau toksin, serta makanan yang sulit diuraikan oleh perut atau usus besar. Melakukan puasa, organ-organ tubuh dapat beristirahat, dan miliaran sel di dalam tubuh mampu mendukung keberlangsungan hidup, berfungsi sebagai proses detoksifikasi untuk mengeluarkan kotoran dan racun dari tubuh manusia. Selain itu, puasa juga berperan dalam meremajakan sel-sel dengan mengganti yang sudah rusak dengan yang baru. Selanjutnya, dapat memperbaiki fungsi hormonal, menjadikan kulit lebih sehat dan meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Dalam agama Islam, puasa adalah kewajiban yang secara otomatis memberikan terapi alami untuk kesehatan tubuh.

Anjuran berpuasa dalam agama Islam, baik itu puasa Ramadan maupun puasa Sunnah, menegaskan bahwa Islam sangat peduli terhadap kesehatan spiritual manusia. Selain aspek fisik, manusia juga memiliki kehidupan yang berkaitan dengan jiwa. Oleh karena itu, jelas bahwa tubuh dan jiwa saling berinteraksi satusama lain. Tidak mengherankan jika berpuasa dapat dijadikan

¹¹⁴ Kementerian Agama Republik Indonesia, Al-Qur'an dan Terjemahannya, (Jakarta: Kementerian Agama RI) 2021

sebagai metode pengobatan yang tujuannya adalah untuk merawat kesehatan dengan cara yang optimal dan menyeluruh.¹¹⁵

d. Psikoterapi melalui membaca Al-Qur'an

Pengobatan melalui pembacaan al-Qur'an merupakan bunyi yang ditangkap oleh telinga dan diteruskan ke sel-sel otak, yang kemudian mempengaruhi kinerja di dalamnya melalui aliran listrik yang timbul pada sel. Kemudian, sel-sel tersebut memberikan tanggapan terhadap aliran listrik dan mengubah getarannya. Perubahan dari getaran ini adalah hal yang dapat dirasakan dan dipahami setelah dilakukan uji coba dan pengulangan. Membaca kitab suci al-Qur'an dengan menghayati isinya hingga meresap ke dalam sanubari dan pikiran, dapat membersihkan kotoran hati dan memberikan ketentraman bagi jiwa yang gelisah, memberikan kesegaran, dan ketenangan dalam diri seseorang. Karena al-Qur'an merupakan penenang kesedihan dan penyembuh luka yang dirasakan oleh seorang hamba.

Seperti yang disebutkan dalam firman Allah di QS. Az-Zumar ayat 23:

اللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَابًا مُتَشَابِهًا مَثَابًا يَتَقَشَعُ مِنْهُ الْجُلُودُ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ۖ
ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَىٰ ذِكْرِ اللَّهِ ۚ ذَلِكَ هُدَىٰ اللَّهِ يَهْدِي بِهِ مَنْ يَشَاءُ ۗ وَمَنْ
يُضِلِلِ اللَّهُ فَمَا لَهُ مِنْ هَادٍ

Terjemahnya:

Allah telah menurunkan perkataan yang terbaik, (yaitu) Kitab (Al-Qur'an) yang serupa (ayat-ayatnya) lagi berulang-ulang. Oleh karena itu, kulit orang yang takut kepada Tuhannya gemetar. Kemudian, kulit dan hati mereka menjadi lunak ketika mengingat Allah. Itulah petunjuk Allah yang dengannya Dia memberi petunjuk

¹¹⁵ Meisil B Wulur, *Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Penerbit Deepublish Grup Penerbitan CV Budi Utama 2018) 47

kepada siapa yang Dia kehendaki. Siapa yang dibiarkan sesat oleh Allah tidak ada yang dapat memberi petunjuk.¹¹⁶

Menjalani terapi membaca Al-Qur'an, terdapat sejumlah proses atau langkah yang harus diikuti sebelum pelaksanaan terapi itu sendiri. Pertama, penting untuk membersihkan diri dengan cara berwudhu secara benar. Selanjutnya, duduklah di lokasi yang bersih, suci, dan nyaman, dengan posisi menghadap ke arah kiblat. Sebelum mulai membaca Al-Qur'an, konseli sebaiknya mengucapkan istighfar sebanyak tujuh kali supaya hati dan pikiran lebih tenang. Setelah itu, niatkan untuk membaca, ucapkan ta'awwuz, lalu bacalah basmallah, dan mulailah membaca Al-Qur'an.

Konseli mulai membaca Al-Qur'an, sementara konselor atau terapis membantu mereka memahami makna dari ayat-ayat yang telah dibaca. Terapi membaca Al-Qur'an ini dilakukan selama 40 menit untuk membantu konseli mencapai ketenangan jiwa dan pikiran. Setelah sesi membaca, terapis menanyakan bagaimana perasaan konseli dan memberikan penjelasan mengenai berbagai masalah atau gangguan yang dihadapi. Kegiatan ini akan ditutup dengan tashdiq atau bacaan *shadaqallahul 'azhiem*. Sesuai dengan praktik yang diajarkan oleh KH. Bagus Amirullah dalam mengatasi masalah kesehatan mental, disarankan untuk membaca surah yang disukai dan membuat nyaman. Hal ini karena saat seseorang mengagumi dan menyukai surah pilihan mereka, timbul

¹¹⁶ Kementerian Agama Republik Indonesia, Al-Qur'an dan Terjemahannya, (Jakarta: Kementerian Agama RI) 2021

getaran serta perasaan yang menenangkan, mirip dengan perasaan jatuh cinta kepada pasangan.¹¹⁷

e. Psikoterapi melalui sikap sabar

Sabar bukanlah sikap pasrah tanpa usaha tetapi perjuangan dan upaya ikhtiar. Dengan segala daya dan upaya, namun tetap sabar dan percaya pada hasil yang baik. Dengan demikian, sabar berarti menahan diri atau membatasi jiwa dari segala keinginan yang tidak seharusnya, demi mencapai sesuatu yang lebih baik atau lebih luhur. Sebagaimana dijelaskan dalam QS. Al-Baqarah ayat 155:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِيرِ
الصَّابِرِينَ

Terjemahnya:

Kami pasti akan mengujimu dengan sedikit ketakutan dan kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Sampaikanlah (wahai Nabi Muhammad,) kabar gembira kepada orang-orang sabar,¹¹⁸

Menurut Ibnu Qayyim al-Jauziyyah, sabar berarti menahan diri dari rasa gelisah, cemas, dan amarah; menahan lidah dari keluh kesah; dan menahan anggota tubuh dari perbuatan, kekacauan, dan tindakan. Dengan mengingat betapa pentingnya setiap orang memiliki kesabaran dalam setiap situasi dan kondisi, Islam sangat menganjurkan umatnya untuk menjadi sabar. Ini karena kesabaran memiliki banyak manfaat yang membangun kekuatan jiwa, memperkuat kepribadian, dan meningkatkan keistiqamahan manusia dalam menahan

¹¹⁷ Sitti Khotijah, Lutfiyah, dan Uswatun Hasanah, Terapi Metode Ilhami Ayat-Ayat Al-Qur'an dalam Mengatasi Gangguan Kejiwaan, *Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial dan Humaniora*, Vol. 15, No. 2, 2023. 15

¹¹⁸ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Jakarta: Kementerian Agama RI) 2021

penderitaan, menghadapi tantangan dan ujian kehidupan, serta menghadapi berbagai situasi dan keadaan yang tidak diharapkan.

Kesabaran akan membuat hati tenang dan memberi Anda keyakinan yang kuat bahwa setiap. Setiap masalah selalu memiliki solusi, kesulitan selalu membawa kemudahan, dan setiap kesulitan selalu membawa hikmah yang baik yang menghasilkan kebahagiaan. Banyak orang percaya bahwa sabar berarti tetap diam dan tidak melakukan apa-apa ketika menghadapi masalah, ujian, dan musibah dalam hidup. Hal ini merupakan pemahaman yang sangat bertentangan dengan ajaran Islam karena ajaran itu sangat menekankan atau menganjurkan untuk berusaha sekuat tenaga untuk mencapai tujuan dan kelangsungan hidup setiap orang. Jadi, sabar bisa berarti tetap teguh, kokoh, dan tidak putus asa saat menghadapi tantangan, cobaan, atau ujian, dan terus berusaha secara maksimal untuk menemukan solusi.¹¹⁹

f. Psikoterapi melalui tawakkal

Tawakkal menggambarkan sikap berserah diri kepada Allah SWT setelah melakukan usaha untuk sembuh. Ini memberikan ketenangan batin dan keyakinan bahwa Allah SWT, akan memberikan jalan keluar dari kesulitan yang dihadapi, termasuk dalam proses penyembuhan *post traumatic stress disorder*. Pada dasarnya, seseorang yang mampu bertawakkal kepada Allah SWT akan selalu menerima nikmat dan karunia dari-Nya. Individu tidak akan merasa gelisah atau berkeluh kesah ketika mereka menghadapi situasi yang tidak menyenangkan. Dimana membuatnya selalu merasa baik, tenang, dan bahagia.

¹¹⁹ Ernadewita dan Rosdialena, Sabar sebagai Terapi Kesehatan Mental, *Jurnal Kajian dan Pengembangan Umat*, Vol. 3, No.1, 2019. 50-51

Tawakkal, di dalam ajaran agama Islam, adalah landasan atau tumpuan akhir ketika seseorang melakukan usaha atau perjuangan.

Tawakkal diartikan sebagai penyerahan diri dan ikhtiar sepenuhnya karena suatu usaha atau perjuangan tersebut disebut ikhtiar. Memang tidak mungkin bagi seseorang untuk bersikap tawakkal secara langsung dan utuh, tetapi jika terus berusaha untuk belajar, itu akan terjadi secara bertahap. Sebagaimana dijelaskan dalam QS. At-Talaq ayat 3:

وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ ۗ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ ۗ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا

Terjemahnya:

Dan menganugerahkan kepadanya rezeki dari arah yang tidak dia duga. Siapa yang bertawakkal kepada Allah, niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan)-nya. Sesungguhnya Allahlah yang menuntaskan urusan-Nya. Sungguh, Allah telah membuat ketentuan bagi setiap sesuatu.¹²⁰

Terapis menggunakan tawakkal secara berkesinambungan. Terapis akan mengajarkan kliennya untuk menjadi sabar saat menghadapi masalah dan menyerahkan semua yang terjadi kepada Allah. Melakukan ini dengan mengamalkan ajaran atau konsep tawakkal. Maka klien akan merasa tenang dan aman karena dia tahu bahwa Allah SWT menentukan apa yang terjadi dengannya, baik itu baik atau buruk.¹²¹

g. Psikoterapi ikhlas

Keikhlasan, ikhlas, dan tulus adalah istilah yang paling tepat untuk digunakan untuk menggambarkan seseorang yang bertindak, berbuat, dan

¹²⁰ Kementerian Agama Republik Indonesia, Al-Qur'an dan Terjemahannya, (Jakarta: Kementerian Agama RI) 2021

¹²¹ Rafiqah Rahmadhanty, Richa Dwi Rahmawati, Vivik Shofiah, Khairunnas Rajab, dan Triska Gustiwi, Psikoterapi Tawakkal: Implementasi Terapi berdasarkan Konsep Tawakkal dalam Islam, *Psychology Journal of Mental Health*, Vol. 4, No. 2, 2023. 86

berperilaku tanpa mengharapkan apa-apa selain pahala dari Allah semata. Dengan cara apa pun, tindakan mereka pasti mendatangkan anugerah berharga, seperti kesehatan fisik dan mental. Ikhlas adalah keniscayaan dalam perbuatan, tindakan, dan perilaku menuju satu tujuan keridhaan semata. Namun, apabila ikhlas tertanam dalam setiap gerakan, aktivitas, dan kreativitas, maka akan terjadi keberkahan, rahmat, ridha, dan syukur. Maslahat seperti tawakal dan sabar dapat diperoleh dengan mudah.

Keikhlasan adalah serangkaian konsistensi, komitmen, dan istiqamah yang berada dalam kerangka bahwa perbuatan, tindakan, dan perilaku shaleh hanya dilakukan untuk tujuan *lillahi Ta'ala*. Keikhlasan tidak boleh dicerai oleh apapun yang dapat merusak nilai-nilai ke-Mahaan *Rabb Al-Jalil*, Pemilik Jagat Raya. Sebagaimana yang diingatkan dalam QS. Az-Zariyat ayat 56:

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ

Terjemahnya:

Tidaklah Aku menciptakan jin dan manusia kecuali untuk beribadah kepada-Ku.¹²²

Peribadahan, ketaatan, keshalehan, dan atau apapun aktivitas yang dilakukan dengan benar, ketulusan, dan keikhlasan dapat sangat bermanfaat bagi kelangsungan hidup kemanusiaan. Peribadahan, ketaatan, dan keshalehan yang sungguh-sungguh penuh keikhlasan bukan saja mendatangkan pahala di akhirat, tetapi juga dapat meningkatkan kepribadian dan kesehatan mental yang paripurna. Psikoterapi Islam, keikhlasan dapat digunakan sebagai model untuk menciptakan

¹²² Kementerian Agama Republik Indonesia, Al-Qur'an dan Terjemahannya, (Jakarta: Kementerian Agama RI) 2021

kesehatan mental dan terapi gangguan kejiwaan, seperti gangguan kejiwaan, stres, depresi, frustrasi, dan trauma.¹²³

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian tentang upaya mengatasi *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) terhadap istri korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT), dapat disimpulkan bahwa melibatkan pendekatan multidisiplin yang mencakup terapi psikologis, dukungan sosial, dan tawaran perlindungan baik secara fisik maupun emosional. Pendekatan yang direkomendasikan mulai dari pemberian terapi medis seperti psikofarmakoterapi untuk membantu mengatasi gejala awal PTSD, hingga terapi perilaku kognitif yang bertujuan untuk membantu korban memproses pengalaman traumatisnya, dan *self healing*. Dukungan dari keluarga, teman, dan komunitas juga sangat krusial, karena lingkungan yang aman dan penuh kasih dapat memberikan rasa tenang yang dibutuhkan untuk proses pemulihan. Penelitian ini menunjukkan bahwa pemulihan dari PTSD bukan hanya tanggung jawab individu, tetapi juga tanggung jawab kolektif yang memerlukan partisipasi aktif dari orang-orang di sekitar mereka.

¹²³ Khairunnas Rajab, *Psikoterapi islam*, (Jakarta: Amzah, November 2019) 243

Perspektif hukum Islam, pengatasan PTSD bagi istri korban KDRT mengedepankan nilai-nilai spiritual dan dukungan komunitas sebagai bagian dari proses penyembuhan. Hukum Islam mendorong perlindungan terhadap perempuan dan penegakan keadilan dalam kasus kekerasan, memberikan ruang bagi korban untuk menerima dukungan yang memadai. Pendekatan ini menekankan pentingnya membangun kesadaran akan hak-hak individu di mata hukum dan memberikan akses terhadap konseling yang mengintegrasikan nilai-nilai keagamaan, seperti penguatan iman, doa, dan praktik spiritual sebagai terapi dukungan tambahan. Dengan demikian, pemulihan PTSD dalam konteks ini bukan hanya bersifat medis, tetapi juga meliputi pemulihan spiritual yang bisa memberikan korban kekuatan untuk melanjutkan hidup dengan lebih baik.

B. Saran

Berdasarkan penelitian mengenai upaya penanganan *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) terhadap Istri korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT), saran yang dapat diterapkan adalah sebagai berikut:

1. Kecamatan Masamba Kabupaten Luwu Utara dalam konteks penanganan korban KDRT yang mengalami PTSD adalah perlunya penguatan kapasitas layanan kesehatan mental yang tersedia. Pemerintah daerah, dalam hal ini pihak kecamatan dan organisasi terkait, sebaiknya berkolaborasi untuk meningkatkan akses dan mutu layanan psikologis bagi korban KDRT. Ini dapat dilakukan melalui pelatihan untuk tenaga kesehatan setempat agar dapat lebih peka dan terlatih dalam menangani trauma psikologis, termasuk PTSD.

2. Perluasan jangkauan layanan tersebut ke wilayah-wilayah terpencil akan memastikan bahwa semua korban dapat mengakses bantuan yang mereka butuhkan. Penyuluhan yang rutin mengenai hak-hak korban dan layanan yang tersedia juga sangat penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat.

3. Bagi korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga yang mungkin tidak memikirkan dampak jangka panjang dari pengalaman mereka, penting untuk menciptakan kesadaran akan konsekuensi psikologis dari kekerasan yang mereka alami. Dalam hal ini, penyuluhan dan kampanye informasi yang menjelaskan tentang *Post Traumatic Stress Disorder* dan dampak psikologisnya hendaknya menjadi perhatian.

4. Korban perlu didorong untuk menyadari bahwa mengabaikan dampak psikologis tidak hanya berpotensi merugikan mereka secara mental, tetapi juga dapat berimbas pada kehidupan sehari-hari mereka, seperti hubungan sosial dan kesejahteraan umum. Dukungan dari keluarga dan komunitas setempat sangat berperan dalam proses ini, di mana lingkungan yang mendukung dan teredukasi dapat mendorong korban untuk mencari bantuan dan berpartisipasi dalam proses pemulihan mereka.

C. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian dapat dikemukakan implikasi secara teoritis dan praktis sebagai berikut:

1. Implikasi Teoritis

Penelitian ini berkontribusi pada pengembangan teori yang mengaitkan antara kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) dan dampaknya terhadap

kesehatan mental, khususnya PTSD, dengan pendekatan psikologi Islam. Ini memperkaya literatur yang ada dengan mengintegrasikan perspektif nilai-nilai Islam dalam penanganan trauma psikologis. Memberikan wawasan yang lebih mendalam mengenai pengaruh KDRT terhadap kesehatan mental, menciptakan kesadaran yang lebih besar tentang PTSD di kalangan akademisi, praktisi kesehatan mental, dan pembuat kebijakan. Penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi peneliti yang ingin mengeksplorasi lebih jauh tentang kaitan antara berbagai bentuk kekerasan dan dampaknya terhadap kesehatan mental, serta pendekatan yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah ini.

2. Implikasi Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini memberikan panduan bagi para profesional dan praktisi di bidang kesehatan mental serta lembaga konseling untuk menerapkan metode yang dihasilkan, seperti farmakoterapi, CBT, dan teknik self-healing, dalam terapi korban kekerasan dalam rumah tangga. Dengan menerapkan pendekatan yang mencakup aspek spiritual seperti dzikir, shalat, dan membaca Al-Qur'an, diharapkan dapat mendukung proses pemulihan mental dan emosional korban secara lebih efektif, serta membantu mereka membangun kembali rasa aman dan percaya diri dalam kehidupan sehari-hari.

LAMPIRAN

Gambar 1.4 Wawancara dengan Dokter Jiwa RSUD Andi Jemma Masamba



Gambar 1.5 Wawancara dengan Mama Ayu (Ayu Husmiati), selaku Korban KDRT di Desa Baliase Kabupaten Luwu Utara.



Gambar 1.6 Wawancara dengan Nurdiana, selaku Korban KDRT di Desa Kamiri Kabupaten Luwu Utara



Gambar 1.7 Wawancara dengan Erni, selaku Korban KDRT di Desa Ingkor Kabupaten Luwu Utara.



Gambar 1.8 Wawancara dengan Putri, selaku Korban KDRT di Desa Ingkor Kabupaten Luwu Utara.



Gambar 1.9 Wawancara dengan Mammi, selaku Korban KDRT di Desa Balebo Kabupaten Luwu Utara.



Surat Keterangan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN LUWU UTARA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU (DPMPTSP)

Jl. Simpursiang Nomor.27 Masamba, Telp : (0473) 21000 Fax : (0473) 21000 Kode Pos : 92966
Email : dpmpstsp@luwuutarakab.go.id Website : http://dpmpstsp.luwuutarakab.go.id

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor : 0066/SKP/DPMPSTSP/II/2025

- Membaca : Permohonan Surat Keterangan Penelitian an. Nurul Andini beserta lampirannya.
Menimbang : Rekomendasi Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Luwu Utara 070/66/II/Bakesbangpol/2025, tanggal 26 Februari 2025
Mengingat : 1. Undang-Undang Nomor 39 Tahun 2008 tentang Kementrian Negara;
2. Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2014 tentang Pemerintahan Daerah;
3. Peraturan Pemerintah Nomor 12 Tahun 2007 tentang Pembinaan dan Pengawasan Penyelenggaraan Pemerintah Daerah;
4. Peraturan Presiden Nomor 97 Tahun 2014 tentang Penyelenggaraan Pelayanan Terpadu Satu Pintu;
5. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 3 tahun 2018 tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian;
6. Peraturan Bupati Nomor 17 Tahun 2020 tentang Perubahan Kedua atas Peraturan Bupati Luwu Utara Nomor 11 Tahun 2018 tentang Pelimpahan Kewenangan Perizinan, Non Perizinan dan Penanaman Modal Kepada Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu.

MEMUTUSKAN

- Menetapkan : Memberikan Surat Keterangan Penelitian Kepada :
- Nama : Nurul Andini
Nomor Telepon : 085950629609
Alamat : Bonde Jl. Kananga Desa Baloli Kec. Masamba Kab. Luwu Utara
Sekolah / Instansi : Institut Agama Islam Negeri Palopo
Judul Penelitian : Upaya Mengatasi Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) Terhadap Istri Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Perspektif Hukum Islam
Lokasi Penelitian : RSUD Andi Djemma Masamba Kab. Luwu Utara

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Surat Keterangan Penelitian ini mulai berlaku pada tanggal 27 Februari 2025 s/d 27 Maret 2025.
2. Mematuhi semua peraturan Perundang-Undangan yang berlaku.
3. Surat Keterangan Penelitian ini dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila pemegang surat ini tidak mematuhi ketentuan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Surat Keterangan Penelitian ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya dan batal dengan sendirinya jika bertentangan dengan tujuan dan/atau ketentuan berlaku.

Diterbitkan di : Masamba
Pada Tanggal : 27 Februari 2025

An. BUPATI LUWU UTARA
KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN
PELAYANAN TERPADU SATU PINTU



Ditanda tangani secara elektronik oleh:
Kepala Dinas Penanaman Modal Dan
Pelayanan Terpadu Satu Pintu Luwu Utara
Ir. Alauddin Sukri, M.Si
27/02/2025 12:25:37

Ir. Alauddin Sukri, M.Si
NIP : 196512311997031060



Disampaikan kepada pemangku secara elektronik menggunakan Sertifikat Elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN)

1. Lembar Pertama yang bersangkutan;
2. Lembar Kedua Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu;

Surat Izin Meneliti di RSUD ANDI DJEMMA MASAMBA



PEMERINTAH KABUPATEN LUWU UTARA
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH ANDI DJEMMA MASAMBA

Jl. Sultan Hasanuddin No. 23 Telp. (0473) 21188, Fax (0473) 21488 Masamba
Email : rsud@luwuutarakab.go.id

SURAT IZIN

Nomor : 400.7.5.4./471 / RSUD / III /2025

TENTANG

PENELITIAN

- Dasar :
- Surat Keterangan Penelitian Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu (DPMPSTP) Kabupaten Luwu Utara Nomor : 0066/SKP/DPMPSTP/II/2025 tanggal 27 Februari 2025
 - Surat Permohonan Izin Penelitian Nomor: 516/ln.19/FASYA/PP.00.9/02/2025 tanggal 24 Februari 2025 an. Nurul Andini Mahasiswa Program Studi S1 Hukum Keluarga Islam Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo untuk keperluan Pengambilan Data Dalam Rangka Penyelesaian Tugas Akhir/Skripsi

MEMUTUSKAN

Menetapkan : Memberikan Surat Keterangan Penelitian Kepada :

Nama : Nurul Andini
NIM : 2103010002
Program Studi : Hukum Keluarga Islam
Sekolah/Istansi : Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo
Alamat : Bonde Jl. Kenanga Desa Baloli Kec. Masamba Kab. Luwu Utara

Untuk : Melakukan Penelitian di RSUD Andi Djemma Masamba Jl. Sultan Hasanuddin No. 23 Kel. Bone Tua Kec. Masamba Kab. Luwu Utara pada Tanggal 27 Februari s/d 27 Maret 2025 dengan Judul Penelitian "Upaya Mengatasi Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) terhadap Istri Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga dalam Perspektif Hukum Islam"

Demikian Surat izin Penelitian ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya dan batal dengan sendirinya jika bertentangan dengan tujuan dan/atau ketentuan berlaku.

Diterbitkan di : Masamba
Pada tanggal 3 Maret 2025

Pit, Direktur

ANDI BAHTIAR, SKM, MM
Pangkat : Pembina
NIP. 19780510 200604 1 018

Disampaikan kepada :

- Lembar Pertama yang bersangkutan
- Lembar Kedua RSUD Andi Djemma

RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama Nurul Andini, akrab disapa Nurul/Bunga. Lahir di Masamba pada Tanggal 27 Juli 2003 sebagai anak pertama, dari pasangan Yandi dan Rosmini.

Riyawat pendidikan dimulai umur 5 tahun di TK Kemala Bhayangkari selama 1 tahun, kemudian melanjutkan pendidikan di SDN 100 Lamaranginang dari Tahun 2009-2015.

Setelah lulus Sekolah Dasar, Penulis melanjutkan ke tingkat Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 Masamba dari Tahun 2015-2018. Penulis memilih melanjutkan pendidikan di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Masamba dari Tahun 2018-2021.

Penulis memilih melanjutkan pendidikan di Institut Agama Islam Negeri Palopo mengambil jurusan Hukum Keluarga Islam Fakultas Syariah pada Tahun 2021. Saat ini penulis sedang berada pada semester VIII.