

## STRATEGI INTERVENSI KONSELING BAGI KORBAN KEKERASAN DAN PEMERKOSAAN: ANALISIS LITERATUR BERBASIS LIBRARY RESEARCH

<sup>1</sup>Maslina Daulay, <sup>2</sup>Yeni Karneli, <sup>3</sup>Ifdil, <sup>4</sup>Netrawati  
<sup>1,2,3,4</sup> Universitas Negeri Padang  
[maslina@uinsyahada.ac.id](mailto:maslina@uinsyahada.ac.id)

---

**Abstract:** Violence, particularly sexual violence and rape, is a global public health issue that causes profound psychological effects, including post-traumatic stress disorder (PTSD), depression, and anxiety. Given its prevalence and severe consequences, counseling intervention is crucial for trauma recovery. This Systematic Literature Review (SLR)-based literature review aims to analyze effective counseling intervention strategies for victims of violence and rape. Using bibliometric analysis and keyword co-occurrence visualization with VOSviewer, this study identifies patterns and thematic clusters in relevant scientific literature. Key findings highlight a dominant focus on addressing psychological impacts, with the effectiveness of Internet-Based Trauma Recovery Nursing Intervention (IBTRNI), Mindfulness-Based Trauma Recovery for Refugees (MBTR-R), and Cognitive Behavioral Therapy (CBT). Other key concepts that emerged include the role of personal narratives, self-efficacy, agency, self-compassion, and social support in facilitating recovery. However, stigma and barriers to seeking help remain significant challenges. In conclusion, counseling interventions are crucial in mitigating trauma symptoms and promoting holistic recovery, which includes self-meaning and empowerment. Further research is needed to evaluate the cultural adaptation and long-term impact of interventions on more diverse populations.

**Keywords:** Counseling intervention, rape victims, victims of violence, trauma therapy

**Abstrak:** Kekerasan, khususnya kekerasan seksual dan pemerkosaan, merupakan isu kesehatan publik global yang menimbulkan dampak psikologis mendalam, termasuk gangguan stres pascatrauma (PTSD), depresi, dan kecemasan. Mengingat prevalensi dan konsekuensinya yang parah, intervensi konseling menjadi krusial untuk pemulihan trauma. Kajian literatur berbasis Systematic Literature Review (SLR) ini bertujuan untuk menganalisis strategi intervensi konseling yang efektif bagi korban kekerasan dan pemerkosaan. Menggunakan analisis bibliometrik dan visualisasi co-occurrence kata kunci dengan VOSviewer, studi ini mengidentifikasi pola-pola dan kluster tematik dalam literatur ilmiah yang relevan. Temuan utama menunjukkan fokus dominan pada penanganan dampak psikologis, dengan efektivitas intervensi berbasis internet (Internet-Based Trauma Recovery Nursing Intervention/IBTRNI), terapi berbasis perhatian (Mindfulness-Based Trauma Recovery for Refugees/MBTR-R), dan terapi kognitif-perilaku (CBT). Konsep penting lain yang muncul meliputi peran narasi pribadi, efikasi diri, keberdayaan (agensi), kasih sayang diri, dan dukungan sosial dalam memfasilitasi pemulihan. Meskipun demikian, stigma dan hambatan pencarian bantuan tetap menjadi tantangan signifikan. Kesimpulannya, intervensi konseling sangat penting dalam memitigasi gejala trauma dan mendorong pemulihan holistik, yang mencakup pemaknaan dan pemberdayaan diri. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengevaluasi adaptasi budaya dan dampak jangka panjang intervensi pada populasi yang lebih beragam.

**Kata kunci:** Intervensi konseling, korban pemerkosaan, korban kekerasan, terapi trauma

---

## PENDAHULUAN

Kekerasan, termasuk kekerasan seksual dan pemerkosaan, merupakan masalah global yang memiliki dampak mendalam dan merusak, baik secara fisik maupun psikologis, pada individu dan masyarakat. Korban trauma, terlepas dari latar belakang geografis, ras, tingkat pendidikan, atau status sosial ekonomi, dapat mengalami kerusakan mental yang melampaui kemampuan mereka untuk mengatasinya (Zhu et al., 2024). Paparan terhadap situasi traumatis, baik secara langsung maupun tidak langsung, dapat menyebabkan gangguan stres pascatrauma (PTSD), kecemasan, gangguan tidur, gangguan perilaku, depresi, dan bahkan bunuh diri.

Secara spesifik, pemerkosaan telah diakui sebagai bentuk kekerasan yang bertujuan untuk dehumanisasi korban. Dalam konteks konflik, seperti kasus pemerkosaan genosida di Kroasia (1990-1995), pemerkosaan massal digunakan sebagai taktik genosida untuk menghancurkan identitas dan integritas budaya masyarakat (Mukhlisiana, Kuswarno, Rizal, & Maryani, 2023). Pengadilan Kriminal Internasional untuk bekas Yugoslavia menjadi pengadilan internasional pertama yang mengadili kejahatan pemerkosaan di masa perang sebagai kejahatan terhadap kemanusiaan. Dampak trauma pemerkosaan ini dapat berlangsung secara multigenerasi, sebagaimana terlihat pada anak-anak yang lahir dari pemerkosaan genosida di Rwanda, yang mengalami masalah psikologis, stigma diri, dan kesulitan dalam pertumbuhan pribadi mereka di

masa dewasa (Bramwell, 2025). Selain itu, bentuk kekerasan digital seperti cyberbullying juga menimbulkan gejala emosional yang intens pada remaja, menyoroti kompleksitas pengalaman trauma di era modern.

Mengingat prevalensi dan dampak parah dari kekerasan dan pemerkosaan, intervensi konseling menjadi sangat mendesak dan krusial untuk pemulihan trauma. Intervensi awal dan pencegahan dapat secara signifikan meringankan trauma dan mencegahnya berkembang menjadi kondisi kronis yang memperburuk kualitas hidup (Prado & Caetano, 2021). Konseling berfungsi sebagai sistem pendukung vital yang membantu individu memproses perasaan, memperoleh kejelasan tentang keadaan mereka, dan memulai proses penyembuhan. Pendekatan-pendekatan yang mengedepankan empati, kepercayaan, dan kolaborasi dalam penetapan tujuan sangat esensial untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung rekonstruksi identitas serta pemulihan emosional (Ahmad, 2023).

Berbagai kerangka teoretis dan praktik telah dikembangkan untuk mendukung pemulihan trauma. Teori Perawatan Swanson, dengan lima konsep inti "mempertahankan keyakinan," "bersama," "mengetahui," "melakukan untuk," dan "memampukan," menyediakan kerangka kerja konseptual untuk pendekatan terapeutik bagi para penyintas trauma, mempromosikan panduan bantu-diri yang berfokus pada kesejahteraan mental dan fisik (Kim, Kim, Lee, & Park, 2021). Terapi perilaku kognitif yang berfokus pada trauma

(TF-CBT) juga merupakan model intervensi yang telah mapan bagi pemuda pengungsi dengan gejala stres pasca-trauma, meskipun adaptasi budaya mungkin diperlukan. Intervensi berbasis internet, seperti Internet-Based Trauma Recovery Nursing Intervention (IBTRNI) untuk perawat, telah menunjukkan efektivitasnya dalam mengurangi stres pascatrauma, gejala depresi, dan kecemasan, serta meningkatkan kesehatan fungsional dan ketahanan. Demikian pula, Mindfulness-Based Trauma Recovery for Refugees (MBTR-R) telah berhasil mengurangi PTSD, depresi, dan kecemasan pada pengungsi, menunjukkan pentingnya intervensi yang disesuaikan secara pragmatis (Park, Kim, & Kim, 2025).

Meskipun urgensi dan manfaat intervensi konseling telah terbukti, masih terdapat kesenjangan dalam penelitian yang perlu diatasi. Literatur yang ada masih minim dalam mengeksplorasi representasi pemulihan trauma pemerkosaan dalam drama televisi (Mahmood & Kalo, 2024). Kontribusi orang-orang di sekitar (teman, keluarga) dalam membantu penyintas pulih dari trauma pemerkosaan, terutama dalam konteks India, masih kurang dieksplorasi (Mahmood & Kalo, 2024). Kurangnya penelitian yang menggabungkan teori efikasi diri dengan novel-novel tertentu untuk memahami bagaimana karakter mengembangkan efikasi diri di tengah kolonialisme dan dampaknya juga menjadi celah yang signifikan (Yeager & Benight, 2022). Selain itu, evaluasi psikometri yang ketat terhadap konsep agensi dan pemberdayaan

dalam pemulihan trauma masih terbatas, dan inisiatif yang dipimpin oleh penyintas dalam rehabilitasi penyiksaan masih langka dengan penelitian yang belum konklusif.

Dengan mempertimbangkan latar belakang dan kesenjangan penelitian yang telah diidentifikasi, kajian ini bertujuan untuk melakukan analisis literatur sistematis (SLR) guna mengidentifikasi, mengkaji, dan mensintesis strategi intervensi konseling yang efektif bagi korban kekerasan dan pemerkosaan. Pertanyaan penelitian utama yang akan dibahas adalah: "Apa saja strategi intervensi konseling yang terbukti efektif dalam mendukung pemulihan korban kekerasan dan pemerkosaan, serta apa saja kerangka teoretis dan praktis yang mendasari strategi tersebut?" Tujuan dari kajian ini adalah untuk memberikan gambaran komprehensif mengenai pendekatan-pendekatan terkini, mengidentifikasi faktor-faktor keberhasilan, dan menunjukkan arah untuk penelitian serta praktik di masa depan dalam bidang pemulihan trauma kekerasan dan pemerkosaan.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan library research dengan metode analisis bibliometrik untuk mengkaji strategi intervensi konseling bagi korban kekerasan dan pemerkosaan. Analisis bibliometrik adalah metode kuantitatif dan sistematis yang memungkinkan identifikasi pola, tren, dan struktur konseptual dalam kumpulan literatur ilmiah yang luas. Untuk memfasilitasi

visualisasi dan interpretasi data, penelitian ini akan memanfaatkan perangkat lunak VOSviewer.

1. Sumber Data Data bibliografis untuk penelitian ini akan diekstraksi secara komprehensif dari database Scopus. Scopus dipilih sebagai sumber data utama karena menawarkan cakupan yang sangat luas terhadap jurnal-jurnal ilmiah terindeks di berbagai disiplin ilmu, termasuk psikologi, sosiologi, ilmu kesehatan, dan studi gender, yang sangat relevan dengan topik kekerasan, trauma, dan intervensi konseling. Database ini juga menyediakan metadata yang kaya, seperti judul, abstrak, kata kunci penulis, afiliasi, dan informasi kutipan, yang esensial untuk analisis bibliometrik.
2. Kriteria Inklusi dan Eksklusi Artikel Untuk memastikan bahwa data yang dikumpulkan relevan dan berkualitas tinggi, kriteria inklusi dan eksklusi berikut akan diterapkan: Kriteria Inklusi: Jenis Dokumen: Artikel jurnal (journal articles) dan artikel tinjauan (review articles) untuk memastikan publikasi telah melalui proses penelaahan sejawat (peer-review) yang ketat. Bahasa: Publikasi harus ditulis dalam bahasa Inggris, mengingat dominasi bahasa ini dalam literatur ilmiah global. Kata Kunci: Artikel harus mengandung kombinasi kata kunci yang relevan dengan fokus penelitian dalam judul, abstrak, atau kata kunci penulis. Kata kunci yang akan digunakan meliputi "counseling intervention", "psychotherapy", "trauma recovery", "healing", "violence",

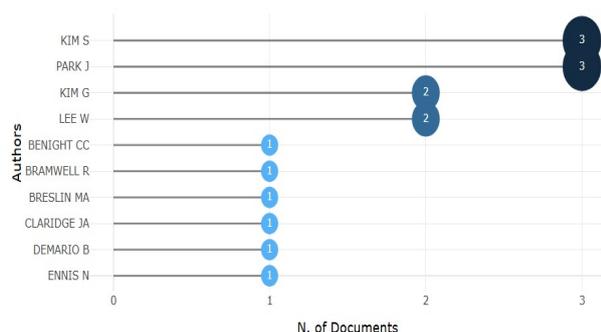
"rape", dan "sexual assault". Periode Publikasi: Artikel yang diterbitkan dalam rentang waktu tertentu (misalnya, 2020-2025) akan diutamakan untuk memastikan relevansi dengan perkembangan terkini di bidang tersebut. Kriteria Eksklusi: Artikel yang, meskipun mengandung kata kunci terkait, tidak secara substansial membahas strategi intervensi konseling atau pemulihan trauma kekerasan/pemerkosaan setelah tinjauan singkat judul dan abstrak. Artikel yang tidak ditulis dalam bahasa Inggris.

3. Tahap Pengumpulan Data Bibliografis Proses pengumpulan data bibliografis akan dilakukan melalui langkah-langkah berikut: Perumusan Strategi Pencarian: Strategi pencarian akan dirancang dengan cermat di Scopus menggunakan kombinasi operator Boolean (AND, OR) untuk menghubungkan kata kunci yang telah ditentukan. Contoh string pencarian awal meliputi: (TITLE-ABS-KEY ("counseling intervention" OR "psychotherapy") AND ("trauma recovery" OR "healing") AND ("violence" OR "rape" OR "sexual assault")). String ini dapat disesuaikan untuk mengoptimalkan hasil pencarian. Ekspor Data: Hasil pencarian yang diperoleh dari Scopus, setelah penyaringan awal berdasarkan kriteria inklusi, akan diekspor dalam format .csv atau .ris. Format ini kompatibel dengan VOSviewer dan mencakup metadata penting seperti nama penulis, judul artikel, abstrak, kata kunci penulis (author keywords), tahun publikasi, dan informasi kutipan.

- Pembersihan Data Awal: Data yang diekspor akan melalui proses pembersihan awal secara manual untuk menghapus duplikasi entri dan membuang artikel yang jelas-jelas tidak relevan setelah meninjau judul dan abstraknya.
4. Jenis Analisis: Analisis Co-occurrence Kata Kunci Penulis Analisis inti dalam penelitian ini adalah analisis co-occurrence pada "Author Keywords" menggunakan VOSviewer. Analisis ini bertujuan untuk mengungkapkan struktur tematik, tren, dan hubungan konseptual yang mendasari literatur tentang intervensi konseling dan pemulihan trauma kekerasan/pemeriksaan. Konfigurasi VOSviewer: Data bibliografis yang telah dibersihkan akan diimpor ke VOSviewer. Parameter analisis akan diatur untuk menghasilkan peta jaringan berdasarkan co-occurrence kata kunci penulis. Penentuan Ambang Batas (Thresholding): Untuk memfokuskan analisis pada konsep-konsep yang paling signifikan dan sering dibahas, hanya kata kunci yang muncul dengan frekuensi minimal tertentu (misalnya, minimal 5 kali) yang akan diikutsertakan dalam peta jaringan.
5. Proses Visualisasi dan Interpretasi Peta Bibliometrik Peta bibliometrik yang dihasilkan oleh VOSviewer akan divisualisasikan dan diinterpretasikan sebagai berikut: Pembentukan Jaringan Visual: VOSviewer akan menampilkan peta jaringan di mana setiap kata kunci direpresentasikan sebagai simpul (node). Ukuran setiap simpul akan proporsional dengan frekuensi kemunculan kata kunci tersebut dalam kumpulan data. Semakin besar simpul, semakin menonjol konsep tersebut dalam literatur. Representasi Hubungan: Garis penghubung (links atau edges) antara simpul-simpul mengindikasikan adanya co-occurrence antar kata kunci. Ketebalan garis ini akan mencerminkan kekuatan hubungan; semakin tebal garis, semakin sering kedua kata kunci tersebut muncul bersamaan dalam satu artikel. Identifikasi Klaster Tematik: VOSviewer akan secara otomatis mengidentifikasi klaster atau kelompok kata kunci yang saling terkait erat, seringkali direpresentasikan dengan warna yang berbeda. Setiap klaster mewakili tema penelitian atau domain konseptual yang koheren dalam literatur. Interpretasi Tematik dan Kesenjangan Penelitian: Interpretasi akan berfokus pada: Tema Dominan: Mengidentifikasi klaster dan simpul sentral yang menunjukkan area penelitian yang paling berkembang. Konektivitas Antar Tema: Menganalisis hubungan antar klaster untuk memahami bagaimana berbagai aspek intervensi konseling dan pemulihan trauma saling terhubung. Arah Penelitian yang Kurang Terekplorasi: Mengidentifikasi kata kunci atau klaster yang lebih kecil atau terisolasi, yang dapat mengindikasikan kesenjangan penelitian atau area yang berpotensi untuk eksplorasi lebih lanjut.

Proses visualisasi dan interpretasi ini akan memberikan gambaran holistik tentang lanskap penelitian terkini mengenai strategi intervensi konseling bagi korban kekerasan dan pemerkosaan, serta menyoroti area-area yang memerlukan perhatian lebih lanjut.

## HASIL



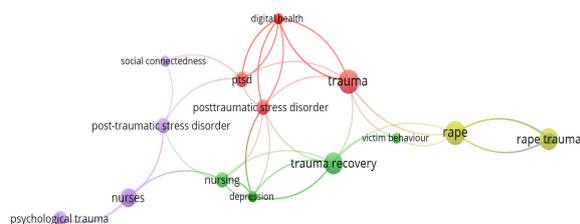
Gambar 1. Kontribusi Penulis Dalam Publikasi Ilmiah

Dalam analisis bibliometrik terhadap kontribusi penulis dalam publikasi terkait strategi intervensi konseling bagi korban kekerasan dan pemerkosaan, terlihat bahwa KIM S dan PARK J merupakan penulis yang paling aktif dengan masing-masing mencatatkan tiga artikel. Meskipun demikian, nilai Articles Fractionalized mereka tergolong rendah, yaitu sekitar 0,057, yang menunjukkan bahwa mereka cenderung terlibat dalam kolaborasi besar dengan banyak penulis lain dalam setiap artikelnya. Berbeda halnya dengan KIM G dan LEE W yang masing-masing menulis dua artikel, namun memiliki nilai fractionalized yang lebih tinggi, yakni 0,58 dan 0,50. Hal ini mengindikasikan bahwa

kontribusi mereka dalam setiap artikel lebih signifikan dibandingkan KIM S dan PARK J, karena kemungkinan mereka menulis dalam tim yang lebih kecil atau memiliki peran utama dalam penulisan. Di sisi lain, BRAMWELL R tercatat memiliki skor fractionalized sebesar 1,00 yang berarti ia merupakan satu-satunya penulis dari artikel tersebut, sehingga kontribusinya bersifat penuh dan mandiri. Sementara itu, BENIGHT CC juga memiliki nilai kontribusi yang relatif tinggi sebesar 0,50 dari satu artikel, yang menandakan kemungkinan hanya terdapat dua penulis dalam artikel tersebut, dan ia mengambil peran penting. Berbeda dari penulis-penulis sebelumnya, beberapa nama seperti BRESLIN MA, CLARIDGE JA, DEMARIO B, dan ENNIS N hanya tercatat menyumbang pada satu artikel dengan kontribusi fractionalized yang sangat kecil, berkisar antara 0,13 hingga 0,14. Ini menandakan bahwa mereka termasuk dalam tim penulis yang besar dan perannya dalam artikel tersebut relatif terbatas. Temuan ini penting untuk memahami dinamika kolaborasi ilmiah dalam penelitian konseling bagi korban kekerasan, serta mengidentifikasi tokoh kunci yang memberikan kontribusi signifikan dalam pengembangan literatur di bidang ini.

Tabel 1. Deskripsi Umum Data

Penulis	Articles	Articles Fractionalized
KIM S	3	0,057638889
PARK J	3	0,057638889
KIM G	2	00.58
LEE W	2	00.50
BENIGHT CC	1	00.50
BRAMWELL R	1	01.00
BRESLIN MA	1	00.13
CLARIDGE JA	1	00.13
DEMARIO B	1	00.13
ENNIS N	1	00.14



VOSviewer

### Gambar 2. bibliographic coupling

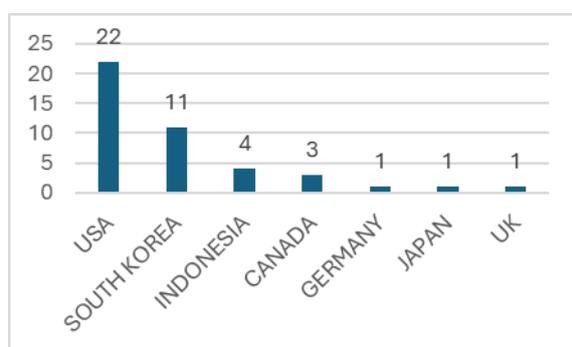
Hasil analisis menggunakan VOSviewer menunjukkan pemetaan bibliometrik berdasarkan hubungan keterkaitan antar sumber (misalnya co-citation atau bibliographic coupling) dan dikelompokkan ke dalam tiga kluster utama, dengan beberapa dokumen yang tidak terhubung ke kluster manapun. Cluster 1 terdiri dari empat dokumen yang semuanya berafiliasi dengan penulis seperti Kim (2021, 2024), Mukhlisiana (2023), dan Park (2025). Klaster ini tampaknya merepresentasikan kelompok literatur yang saling terhubung kuat dalam tema, metode, atau sitasi, kemungkinan

besar membahas pendekatan intervensi konseling yang terstruktur dan mungkin berasal dari wilayah atau institusi yang sama. Keterhubungan antara Kim dan Park dapat menunjukkan adanya kolaborasi atau kecenderungan penelitian berkelanjutan dari satu jaringan penulis yang berfokus pada topik trauma dan intervensi berbasis psikososial.

Sementara itu, Cluster 2 yang terdiri dari Haffouche (2023), Pino (2021), dan Wical (2020) tampaknya membentuk kelompok penelitian yang berbeda secara tematik atau geografis. Mungkin mereka lebih menyoroti dimensi sosiokultural atau pendekatan alternatif terhadap konseling korban kekerasan, dengan konektivitas yang lebih lemah terhadap literatur dalam Cluster 1. Cluster 3 memuat Demario (2020), Hollo (2023), dan Mueller (2022), yang dapat diinterpretasikan sebagai kelompok literatur dengan fokus spesifik lain, seperti intervensi berbasis komunitas atau kebijakan kesehatan mental dalam konteks penanganan kekerasan dan pemerkosaan. Meskipun hanya terdiri dari tiga item, keberadaan klaster ini menunjukkan adanya sub-tema yang berkembang secara mandiri di dalam lanskap literatur.

Menariknya, terdapat tiga dokumen — Appleby (2023), Jovejerina (2024), dan Nyirandamutsa (2023) — yang tidak termasuk dalam klaster manapun. Ketiganya dapat dikategorikan sebagai literatur independen yang belum memiliki keterkaitan kuat dengan penelitian lain dalam dataset, baik karena pendekatannya yang unik, metodologi yang

berbeda, atau karena mereka merupakan publikasi yang sangat baru dan belum banyak disitasi. Ketidakberklasteran ini juga bisa menunjukkan potensi arah baru dalam riset atau kontribusi orisinal yang masih menunggu pengakuan lebih luas dari komunitas akademik. Secara keseluruhan, pola klasterisasi ini memperlihatkan struktur tematik yang mulai terbentuk dalam bidang kajian intervensi konseling bagi korban kekerasan dan pemerkosaan. Hasil ini penting untuk mengidentifikasi kelompok riset utama, mendeteksi celah literatur, serta merancang strategi kolaboratif antarpemula atau antarinstansi dalam pengembangan pendekatan konseling yang lebih menyeluruh dan kontekstual.



**Gambar 3. Frekuensi Publikasi Berdasarkan Negara Asal Penulis**

Data yang ditampilkan menunjukkan frekuensi publikasi berdasarkan negara asal penulis atau afiliasi institusi, dalam konteks kajian literatur mengenai strategi intervensi konseling bagi korban kekerasan dan pemerkosaan. Dari data tersebut, Amerika Serikat (USA) mendominasi secara signifikan dengan jumlah publikasi terbanyak yaitu sebanyak 22 artikel. Hal ini mencerminkan

bahwa Amerika Serikat merupakan pusat produksi pengetahuan yang aktif dalam isu-isu terkait konseling trauma dan penanganan korban kekerasan, yang mungkin didorong oleh sistem akademik yang mapan, pendanaan riset yang kuat, serta perhatian yang tinggi terhadap isu kesehatan mental dan pemulihan korban kekerasan dalam berbagai dimensi sosial dan hukum. Di posisi kedua, Korea Selatan tercatat dengan 11 publikasi, yang menunjukkan tingkat kepedulian dan keterlibatan yang cukup besar dari komunitas akademik di Asia Timur terhadap isu ini. Sementara itu, Indonesia menempati urutan ketiga dengan 4 publikasi. Meskipun relatif kecil dibandingkan Amerika Serikat dan Korea Selatan, data ini menunjukkan bahwa isu kekerasan dan pemerkosaan serta strategi konselingnya mulai mendapat perhatian dari kalangan akademisi di Indonesia, seiring dengan meningkatnya kesadaran publik terhadap pentingnya dukungan psikososial bagi korban.

Negara-negara lain seperti Kanada (3 publikasi), Jerman, Jepang, dan Inggris (masing-masing 1 publikasi) juga turut menyumbangkan literatur, meskipun dalam jumlah terbatas. Ini menunjukkan adanya keterlibatan global, meskipun tidak merata, dalam pengembangan pengetahuan mengenai intervensi konseling untuk korban kekerasan dan pemerkosaan. Ketimpangan jumlah publikasi antarnegara juga mencerminkan perbedaan dalam prioritas penelitian, ketersediaan sumber daya, dan kerangka kebijakan masing-masing negara terhadap isu

kekerasan berbasis gender dan dukungan terhadap korban. Oleh karena itu, data ini dapat digunakan untuk memetakan arah kolaborasi internasional, sekaligus menyoroti perlunya peningkatan kontribusi dari negara-negara berkembang agar perspektif dan konteks lokal dalam penanganan korban kekerasan juga terdokumentasi dalam literatur ilmiah global.

## **PEMBAHASAN**

Bagian ini menyajikan interpretasi mendalam terhadap temuan analisis bibliometrik, mengaitkan kluster kata kunci yang muncul dengan teori konseling dan strategi intervensi yang relevan bagi korban kekerasan dan pemerkosaan (Bramwell, 2025). Hasil visualisasi co-occurrence kata kunci menggunakan VOSviewer mengindikasikan beberapa kluster tematik utama yang mencerminkan fokus dominan dalam literatur, termasuk intervensi berbasis daring, terapi berbasis perhatian, serta konsep narasi, efikasi diri, keberdayaan, kasih sayang diri, dan dukungan sosial, di samping tantangan stigma dan hambatan pencarian bantuan (Park et al., 2025).

### **Intervensi Berbasis Daring dan Teori Perawatan (IBTRNI)**

Salah satu kluster tematik yang menonjol adalah intervensi berbasis internet atau daring. Internet-Based Trauma Recovery Nursing Intervention (IBTRNI) muncul sebagai strategi yang signifikan, terutama dalam konteks pemulihan trauma pada perawat (Kumari et al., 2024). Studi menunjukkan bahwa IBTRNI

efektif dalam meningkatkan kesehatan fungsional, resiliensi, mengurangi gejala stres pasca-trauma (PTS), gejala depresi, dan kecemasan. Keberhasilan IBTRNI didasarkan pada Teori Perawatan Swanson (Swanson's Theory of Caring) (Kumari et al., 2024). Teori ini menekankan lima konsep utama: "mempertahankan keyakinan" (maintaining belief), "mengetahui" (knowing), "bersama" (being with), "melakukan untuk" (doing for), dan "memampukan" (enabling).

Dalam praktik IBTRNI, fase "mengetahui" berfokus pada pemahaman klien tentang makna peristiwa yang terjadi dalam hidup mereka dan mendorong pemahaman diri serta rasa hormat diri (Jove Jerina & Chithra, 2024). Fase "melakukan untuk" menekankan proses swadaya klien dalam mengenali pengalaman traumatis mereka, mempertahankan pengenalan rasional dalam situasi stres, dan mengendalikan emosi negatif (Preethika & Sharon, 2024). Sementara itu, fase "memampukan" bertujuan membantu peserta menyelesaikan masalah sendiri, termasuk mengembangkan keterampilan komunikasi yang efektif dan strategi manajemen stres. Karakteristik intervensi daring seperti kenyamanan, aksesibilitas luas, intensitas rendah, dan efektivitas biaya menjadikannya pilihan yang berharga, terutama bagi populasi terpinggirkan yang sulit mengakses bantuan tatap muka (Dirven, 2024).

**Intervensi Berbasis Perhatian dan Kasih Sayang Diri (MBTR-R)** Kluster penting lainnya adalah intervensi berbasis perhatian atau mindfulness (Kim, Park, Lee, & Kim, 2024). Mindfulness-Based Trauma Recovery for Refugees (MBTR-R) adalah intervensi kelompok 9 minggu yang sensitif terhadap trauma dan disesuaikan secara sosiokultural untuk pengungsi dan pencari suaka. MBTR-R secara signifikan mengurangi tingkat dan keparahan gejala PTSD, depresi, kecemasan, dan komorbiditas. Intervensi berbasis mindfulness (MBI) menargetkan mekanisme penting dalam pemulihan trauma dan buffering stres kronis, termasuk proses metakognitif seperti decentering, fungsi eksekutif seperti kontrol atensi, keterampilan regulasi emosi (kesadaran interoseptif, penerimaan), dan self-referentiality adaptif (pengurangan pemikiran negatif berulang, peningkatan kasih sayang diri) (Sippel et al., 2024). MBTR-R secara spesifik mengintegrasikan psikoedukasi tentang stres pasca-trauma, reaktivitas stres, dan depresi untuk menormalkan dan mendestigmatisasi masalah kesehatan mental terkait trauma dan stres. Selain itu, praktik "kasih sayang diri" (loving-kindness and self-compassion) diajarkan sebagai cara untuk mengatasi ketakutan, self-judgment, rasa bersalah, rasa malu, dan permusuhan yang umum terjadi pada masalah kesehatan mental terkait trauma (Zhu et al., 2024). Konsep kasih

sayang diri sendiri telah diidentifikasi sebagai faktor pelindung yang signifikan dalam pemulihan trauma, mendorong transformasi psikologis positif bahkan dengan adanya gejala stres pasca-trauma yang tinggi (Schrodt et al., 2023). Hal ini sejalan dengan temuan bahwa MBI bersifat singkat, berbasis kelompok, berbiaya rendah, mudah disesuaikan, dan dapat diterapkan oleh paraprofesional terlatih, menjadikannya sangat relevan untuk populasi yang rentan.

### **Narasi dan Pemberdayaan Diri (Efikasi Diri dan Agensi)**

Analisis juga menyoroti peran sentral narasi pribadi, efikasi diri, dan keberdayaan (agensi) dalam proses pemulihan trauma (Alfirević-Franić, 2023). Narasi atau penceritaan kembali pengalaman traumatis adalah alat penting bagi korban kekerasan dan pemerkosaan untuk memahami, memproses, dan pada akhirnya mengatasi trauma (Schrodt et al., 2023). Dengan menceritakan kembali kisah hidup mereka, korban dapat membentuk kembali identitas mereka, mengintegrasikan pengalaman traumatis ke dalam memori dan bahasa naratif yang biasa, yang mengarah pada "pertumbuhan psikologis" (psychological growth). Keheningan, di sisi lain, dapat memperkuat mitos pemerkosaan dan menyalahkan korban, memperburuk PTSD, self-blame, dan strategi penanganan yang maladaptif. Konsep efikasi diri (self-efficacy), yang berakar pada teori kognitif sosial Albert Bandura, sangat relevan di sini

(Ahmad, 2023). Efikasi diri didefinisikan sebagai keyakinan seseorang akan kemampuan mereka untuk melakukan tindakan yang diperlukan untuk menghadapi situasi prospektif atau keyakinan pada kemampuan diri untuk berhasil atau mengatasi (Nyirandamutsa et al., 2023). Efikasi diri yang dirasakan memungkinkan individu untuk melatih kendali atas kesulitan hidup dan merupakan mekanisme kunci untuk pemulihan pasca-trauma (Mukhlisiana et al., 2023). Peningkatan efikasi diri terjadi melalui pengalaman penguasaan (*mastery experiences*), pengalaman vicarious (*vicarious experiences*), persuasi sosial (*social persuasion*), keadaan fisiologis dan emosional, serta pengalaman imajinasi (*imaginal experiences*) (Kita, Zonp, & Saint Arnault, 2023). Memupuk efikasi diri berkorelasi signifikan dengan resiliensi psikologis dan pemulihan.

Keberdayaan (*agency*) berkaitan erat dengan efikasi diri (Rogers, 2021). Trauma bertujuan untuk mendemumanisasi korban dan membuat mereka tidak berdaya (Yeager & Benight, 2022). Agensi adalah tentang pengembalian dan redistribusi kekuasaan, memberikan korban pilihan dan kendali atas cerita atau proses mereka (Prado & Caetano, 2021). Ini lebih dari sekadar tindakan yang dapat diamati; ia mencakup makna, motivasi, dan tujuan yang dibawa individu ke dalam aktivitas mereka – yang disebut "kekuatan dari dalam" (*power within*). Transformasi dari "korban" (*victim*) menjadi "penyintas"

(*survivor*) adalah ruang transformatif untuk identitas dan agensi. Intervensi konseling yang efektif harus bersifat partisipatif dan memberdayakan, memungkinkan penyintas untuk menggunakan hak-hak mereka dan membuat keputusan dalam layanan pemulihan, sehingga membangun kesetaraan. Kemampuan untuk mengendalikan diri dan tubuh, serta kemampuan untuk meregulasi diri, juga merupakan bagian penting dari agensi dalam konteks trauma.

### **Tantangan Stigma dan Hambatan Pencarian Bantuan**

Meskipun terdapat intervensi yang menjanjikan, literatur secara konsisten menyoroti stigma dan berbagai hambatan dalam pencarian bantuan sebagai tantangan signifikan bagi korban kekerasan. Hambatan-hambatan ini meliputi keterbatasan waktu, masalah privasi, kurangnya akses yang nyaman terhadap edukasi, dan dukungan organisasi yang terbatas (Bednorz, 2021). Lebih jauh, stigma sosial dan internalisasi norma budaya dapat menyebabkan rasa malu, menyalahkan diri sendiri, dan rasa takut akan reaksi negatif dari lingkungan sosial atau keluarga (Kim et al., 2021). Korban seringkali takut pengungkapan diri mereka akan disambut dengan judgment atau kritik, sehingga mereka cenderung mencari dukungan informal atau strategi swadaya daripada bantuan profesional.

Selain itu, penyintas trauma mungkin enggan mencari bantuan profesional karena

kekhawatiran untuk mengalami kembali peristiwa traumatis selama terapi. Penelitian menunjukkan bahwa norma dan kepercayaan budaya sangat mempengaruhi pemulihan trauma, termasuk persepsi stigma dan pencarian bantuan (Demario et al., 2020). Oleh karena itu, intervensi harus secara proaktif menangani hambatan ini. IBTRNI dan psikoedukasi dalam MBTR-R, misalnya, dirancang untuk menormalkan dan mendestigmatisasi masalah kesehatan mental terkait trauma. Pendekatan yang sensitif secara budaya dan tidak langsung (non-directive) sangat penting untuk mengatasi hambatan ini, memberikan ruang yang aman dan mendukung bagi penyintas untuk memproses pengalaman mereka.

### **Pentingnya Empati dalam Konseling Korban Kekerasan**

Di seluruh klaster tematik ini, benang merah yang sangat penting adalah peran empati dalam konseling. Pendekatan yang berpusat pada pribadi (person-centered approaches) dan kualitas konselor yang empatik serta dapat dipercaya sangat dihargai oleh para peserta konseling, terutama oleh korban cyberbullying remaja perempuan (Bramwell, 2025). Lingkungan yang aman dan suportif, yang dibangun melalui empati, sangat penting untuk memungkinkan penyintas mengatasi tekanan emosional dan memulai proses penyembuhan. Secara historis, beberapa praktisi medis juga telah mengakui bahwa pendekatan yang simpatik dapat

meringankan beban mental korban pemerkosaan (Bramwell, 2025). Dalam konteks pemulihan trauma yang kompleks, di mana individu menghadapi disintegrasi diri dan hilangnya makna, konselor yang empatik dapat membantu membangun kembali kepercayaan dan koneksi. Fleksibilitas dan responsivitas terapis terhadap kebutuhan individual penyintas juga ditekankan sebagai kunci untuk partisipasi yang bermakna dan dampak sosial yang positif. Oleh karena itu, empati bukan hanya karakteristik personal, tetapi juga fondasi metodologis yang memungkinkan adaptasi intervensi terhadap konteks budaya dan kebutuhan unik setiap penyintas, memfasilitasi pemulihan yang holistik dan memberdayakan.

Secara keseluruhan, temuan analisis bibliometrik ini menggarisbawahi sifat multifaset dari intervensi konseling yang efektif bagi korban kekerasan dan pemerkosaan (Park et al., 2025). Intervensi yang paling berhasil cenderung mengintegrasikan dukungan praktis, wawasan psikologis (termasuk pemahaman diri dan regulasi emosi), serta dukungan sosial dan konseptual (seperti narasi pribadi, efikasi diri, dan agensi). Mengatasi stigma dan hambatan pencarian bantuan melalui pendekatan yang sensitif secara budaya dan empatik tetap menjadi area kritis untuk fokus pengembangan intervensi di masa depan.

## SIMPULAN

Analisis literatur mengenai strategi intervensi konseling bagi korban kekerasan dan pemerkosaan menyoroti pendekatan yang beragam dan holistik. Temuan kunci mengindikasikan pentingnya intervensi yang tidak hanya berfokus pada pengurangan gejala trauma, tetapi juga pada pemberdayaan individu dan adaptasi terhadap konteks sosial-budaya. Klaster utama kata kunci yang muncul dari analisis bibliometrik, seperti intervensi berbasis daring, terapi berbasis perhatian, narasi, efikasi diri, keberdayaan, kasih sayang diri, serta tantangan stigma dan hambatan pencarian bantuan, secara langsung merefleksikan tren dan kebutuhan dalam praktik konseling trauma.

Strategi Intervensi Konseling Utama: 1. Intervensi Berbasis Daring (Internet-Based Trauma Recovery Nursing Intervention/IBTRNI): Strategi ini terbukti efektif dalam meningkatkan kesehatan fungsional, resiliensi, serta mengurangi gejala stres pasca-trauma (PTS), depresi, dan kecemasan pada perawat yang mengalami trauma. IBTRNI didasarkan pada Teori Perawatan Swanson (Swanson's Theory of Caring), yang menekankan lima konsep: "mempertahankan keyakinan", "mengetahui", "bersama", "melakukan untuk", dan "memampukan". Keuntungan utamanya adalah kenyamanan, aksesibilitas luas, intensitas rendah, dan efektivitas biaya, menjadikannya pilihan yang berharga bagi populasi yang kesulitan mengakses bantuan tatap muka. Fase "mengetahui" berfokus pada pemahaman klien

tentang makna peristiwa dan pengembangan diri, "melakukan untuk" pada swadaya dan pengendalian emosi negatif, serta "memampukan" pada pengembangan keterampilan komunikasi dan manajemen stres.

2. Terapi Berbasis Perhatian dan Kasih Sayang Diri (Mindfulness-Based Trauma Recovery for Refugees/MBTR-R): Intervensi kelompok 9 minggu ini, yang sensitif terhadap trauma dan disesuaikan secara sosiokultural untuk pengungsi, secara signifikan mengurangi tingkat dan keparahan gejala PTSD, depresi, kecemasan, dan komorbiditas. MBTR-R menargetkan mekanisme penting seperti proses metakognitif (misalnya, decentering), fungsi eksekutif, regulasi emosi, dan self-referentiality adaptif. Psikoedukasi terintegrasi untuk menormalkan dan mendestigmatisasi masalah kesehatan mental terkait trauma. Praktik "kasih sayang diri" (self-compassion) juga diajarkan sebagai cara mengatasi rasa takut, self-judgment, rasa bersalah, rasa malu, dan permusuhan, yang diidentifikasi sebagai faktor pelindung signifikan dalam pemulihan trauma.

3. Pendekatan Narasi: Penceritaan kembali pengalaman traumatis adalah alat penting bagi korban untuk memahami, memproses, dan mengatasi trauma. Narasi membantu korban membentuk kembali identitas dan mengintegrasikan pengalaman ke dalam memori dan bahasa. Keheningan dapat memperkuat mitos pemerkosaan dan menyalahkan korban, memperburuk PTSD. Pendekatan narasi juga menekankan kontrol dan pilihan korban atas cerita mereka. Terapi

yang non-direktif, relasional, dan berfokus pada makna, memberikan ruang aman untuk integrasi pengalaman traumatis dan diri. 4. Penguatan Efikasi Diri dan Agensi (Keberdayaan): Efikasi diri (self-efficacy), yaitu keyakinan pada kemampuan diri untuk berhasil atau mengatasi kesulitan, merupakan mekanisme kunci untuk pemulihan pasca-trauma. Peningkatan efikasi diri terjadi melalui pengalaman penguasaan, pengalaman vikarius, persuasi sosial, keadaan fisiologis dan emosional, serta pengalaman imajinasi. Dukungan sosial berperan penting dalam meningkatkan efikasi diri yang dirasakan. Agensi (agency) adalah tentang pengembalian dan redistribusi kekuasaan kepada korban, memberikan mereka pilihan dan kendali atas proses pemulihan mereka. Transformasi dari "korban" menjadi "penyintas" adalah ruang transformatif untuk identitas dan agensi.

Kontribusi Penelitian Ini terhadap Praktik Konseling: Pendekatan Holistik dan Terpadu: Penelitian ini menegaskan perlunya pendekatan konseling yang komprehensif, mengintegrasikan aspek psikologis, emosional, sosial, dan bahkan spiritual untuk pemulihan yang menyeluruh. Ini menyoroti bahwa pemulihan tidak hanya tentang pengurangan gejala, tetapi juga peningkatan kesejahteraan fungsional, resiliensi, dan keberdayaan diri. Fokus pada Hambatan dan Stigma: Hasil analisis menekankan pentingnya memahami dan mengatasi hambatan dalam pencarian bantuan, termasuk stigma sosial dan internalisasi norma budaya yang menyebabkan

rasa malu dan ketakutan akan judgment. Intervensi perlu secara proaktif menangani isu-isu ini. Pentingnya Kualitas Konselor: Hubungan terapeutik yang kuat, dicirikan oleh kepercayaan, empati, dan kolaborasi, sangat penting. Lingkungan yang aman dan suportif, yang dibangun melalui empati, memungkinkan penyintas untuk mengatasi tekanan emosional dan memulai proses penyembuhan. Fleksibilitas dan responsivitas terapis terhadap kebutuhan individual juga ditekankan. Pemberdayaan Korban: Pergeseran dari pasivitas "korban" menjadi agensi "penyintas" adalah inti dari intervensi yang efektif. Konseling harus partisipatif, memungkinkan penyintas membuat keputusan dalam layanan pemulihan mereka dan membangun kembali kendali atas hidup mereka. Adaptabilitas dan Sensitivitas Budaya: Mengingat populasi korban yang beragam, intervensi perlu disesuaikan secara sosiokultural dan peka terhadap konteks, seperti yang ditunjukkan oleh keberhasilan MBTR-R pada pengungsi. Pendekatan pluralistik yang mengakomodasi preferensi individu juga meningkatkan hasil terapi.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Ahmad, S. (2023). A Narrative Structure Analysis of Alice Sebold's *The Lovely Bones*. *Pertanika Journal of Social Sciences and Humanities*, 31(1), 383–400. <https://doi.org/10.47836/PJSSH.31.1.20>
- Alfirević-Franić, J. (2023). The Emotional Body of a Raped Woman in the Homeland War on the Example of the Drama *Slike Marijine* [Marija's Pictures] by Lydija Scheuermann Hodak. *Croatica et Slavica Iadertina*, 19(2), 353–373.

- <https://doi.org/10.15291/csi.4317>
- Bednorz, M. (2021). Playing out the unspeakable: The rhetorics of trauma in The Day the Laughter Stopped digital game. *Res Rhetorica*, 8(4), 83–97. <https://doi.org/10.29107/rr2021.4.5>
- Bramwell, R. (2025). Victim behaviour and trauma recovery: Representing black British femininity through fantasy in Michaela Coel's I May Destroy You. *Critical Studies in Television*, 20(2), 205–221. <https://doi.org/10.1177/17496020241298777>
- Demario, B., Kalina, M. J., Truong, E., Hendrickson, S., Tseng, E. S., Claridge, J. A., ... Ho, V. P. (2020). Downstream hospital system effects of a comprehensive trauma recovery services program. *Journal of Trauma and Acute Care Surgery*, 89(6), 1177–1182. <https://doi.org/10.1097/TA.0000000000002872>
- Dirven, P. (2024). Detached from Sympathy, Unconscious of Trauma: The Impact of the Forensic Virtues of Impartiality and Detachment on Rape Examinations in Britain 1924-1978. *Social History of Medicine*, 37(3), 494–515. <https://doi.org/10.1093/shm/hkad097>
- Jove Jerina, S., & Chithra, G. K. (2024). Trust and the Process of Healing: Tracing the Pattern of Overcoming Rape Trauma in the Novel Endurer-A Rape Story by Kapil Raj. *Theory and Practice in Language Studies*, 14(3), 642–648. <https://doi.org/10.17507/tpls.1403.03>
- Kim, S., Kim, G.-U., Lee, W., & Park, J. (2021). Developing an internet-based trauma recovery nursing intervention based on swanson's theory of caring for trauma recovery. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(13). <https://doi.org/10.3390/ijerph18136715>
- Kim, S., Park, J., Lee, W., & Kim, G. (2024). Internet-Based Trauma Recovery Intervention for Nurses: A Randomized Controlled Trial. *Complex Psychiatry*, 10(1–4), 45–58. <https://doi.org/10.1159/000540350>
- Kita, S., Zonp, Z., & Saint Arnault, D. (2023). Initial testing of components of the cultural determinants of trauma recovery (CDTR) theory amongst American Gender-Based violence survivors: Structural equation modelling. *Journal of Advanced Nursing*, 79(4), 1476–1492. <https://doi.org/10.1111/jan.15331>
- Kumari, R., Prasad, R. K., Davis, D., Patil, P. B., Choudhury, B. K., Mulla, M., & Rajguru, J. P. (2024). Prevalence and patterns of workplace cyberbullying among dental and medical undergraduate students. A cross-sectional study. *Journal of Education and Health Promotion*, 13(1). [https://doi.org/10.4103/jehp.jehp\\_92\\_24](https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_92_24)
- Mahmood, S., & Kalo, Z. (2024). “Virtual counseling was a lifeline” - Lived experiences of adolescent cyberbullying victims during the COVID-19 pandemic: An IPA study. *Acta Psychologica*, 251. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104637>
- Mukhlisiana, L., Kuswarno, E., Rizal, E., & Maryani, E. (2023). The Importance of Counselor Communication Management in Trauma Recovery for Child Victims of Sexual Violence. *Studies in Media and Communication*, 11(7), 208–220. <https://doi.org/10.11114/SMC.V11I7.6464>
- Nyirandamutsa, F., Niyonsenga, J., Lisette, G. K., Izabayo, J., Kambibi, E., Munderere, S., ... Sezibera, V. (2023). Are the Offspring Still Affected by their Mothers' Genocidal Rape 28 Years Ago?: Thematic Analysis of Offspring Experience. *Rwanda Journal of Medicine and Health Sciences*, 6(2), 251–263. <https://doi.org/10.4314/rjmhs.v6i2.16>
- Park, J., Kim, G., & Kim, S. (2025). Exploring trauma recovery in nurses: a text mining and thematic analysis based on Swanson's

- theory of caring. *BMC Nursing*, 24(1).  
<https://doi.org/10.1186/s12912-025-02757-y>
- Prado, C., & Caetano, N. (2021). Other narratives about rape: The autobiographic performance as a form of subversion. *Urdimento*, 1(40).  
<https://doi.org/10.5965/1414573101402021e0107>
- Preethika, H. F., & Sharon, J. (2024). Sartrean Insights on Understanding the Repercussions of Rape Trauma in the Gripping Narratives of Roxanne Gay and Neesha Arter. *World Journal of English Language*, 14(3), 264–273.  
<https://doi.org/10.5430/wjel.v14n3p264>
- Rogers, I. M. (2021). That sounds more like something aarfy would do: Conflicting portrayals of sexual assault in catch-22 and something happened. *European Journal of American Studies*, 16(2).  
<https://doi.org/10.4000/EJAS.16924>
- Schrodt, C. A., Dilius, P., Gibson, A. D., Crowdis, K., Fénelon, N., Ross, Y., ... Wallace, R. M. (2023). Electronic application for rabies management improves surveillance, data quality, and investigator experience in Haiti. *Frontiers in Veterinary Science*, 10.  
<https://doi.org/10.3389/fvets.2023.1052349>
- Sippel, L. M., Liebman, R. E., Schäfer, S. K., Ennis, N., Mattern, A. C., Rozek, D. C., & Monson, C. M. (2024). Sources of Social Support and Trauma Recovery: Evidence for Bidirectional Associations from a Recently Trauma-Exposed Community Sample. *Behavioral Sciences*, 14(4).  
<https://doi.org/10.3390/bs14040284>
- Yeager, C. M., & Benight, C. C. (2022). Engagement, Predictors, and Outcomes of a Trauma Recovery Digital Mental Health Intervention: Longitudinal Study. *JMIR Mental Health*, 9(5).  
<https://doi.org/10.2196/35048>
- Zhu, K. Y., Sun, K. J., Breslin, M. A., Kalina,
- M., Moon, T., Furdock, R., & Vallier, H. A. (2024). Changes in interpersonal violence and utilization of trauma recovery services at an urban trauma center in the United States during the COVID-19 pandemic: a retrospective, comparative study. *Journal of Trauma and Injury*, 37(1), 60–66.  
<https://doi.org/10.20408/jti.2023.0064>