

**IMPLEMENTASI KONSELING INDIVIDU *COGNITIVE
BEHAVIOR THERAPY* DALAM MENANGANI TRAUMA
PELECEHAN SEKSUAL PADA ANAK DI UPTD
PERLINDUNGAN PEREMPUAN DAN ANAK KOTA
PANGKALPINANG**



SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian
Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)**

Oleh:

MELATI

NIM. 2221009

**Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Islam
Program Studi Bimbingan Dan Konseling Islam**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK
BANGKA BELITUNG**

2026



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAikh ABDURAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
Jalan Raya Petaling KM 13 Kec. Mondo Barat Kab. Bangka
E-mail : humas@iainsabbel.ac.id Gmail : humas@iainsabbel@gmail.com

SURAT KETERANGAN

NOMOR : 253/In.40/FD/PP.00.9/07/2026

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa Mahasiswa dengan identitas berikut :

Nama : Melati
NIM : 2221009
Program : Strata 1
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Implementasi Konseling Individu *Cognitive Behavior Therapy* dalam Menangani Trauma Pelecehan Seksual pada Anak di UPTD Perlindungan Perempuan dan Anak Kota Pangkal Pinang

Dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal plagiasi sebesar 5% pada Skripsi yang disusunnya sesudah Munaqosyah dengan nilai cek plagiasi 25%.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 28 Juli 2026

Dekan,



Dr. Iqrom Faldiansyah, MA

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Melati

NIM : 2221009

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa proposal skripsi yang berjudul “Implementasi Konseling Individu *Cognitive Behavior Therapy* dalam Menangani Trauma Pelecehan Seksual pada Anak di UPTD Perlindungan Perempuan dan Anak Kota Pangkalpinang” ini adalah asli hasil karya atau penelitian saya sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi mana pun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali yang secara tertulis dijadikan acuan/kutipan dalam naskah skripsi ini.

Bangka, 8 Maret 2026

Yang menyatakan



Melati

NIM. 2221009



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
Jalan Raya Petaling KM.13 Kec.Mendo Barat Kab.Bangka Prov.Kep.Bangka Belitung 33173
Fax. (0717) 432872 Email. Humas@iainsasbabel.ac.id

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi

Saudari Melati

Kepada Yth,

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung di Bangka

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mencermati, dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan seperlunya, baik dari segi isi, bahasa, maupun teknik penulisan, maka kami selaku Pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : Melati
NIM : 2221009
Prodi : Bimbingan Konseling Islam
Judul : "Implementasi Konseling Individu *Cognitive Behavior Therapy* dalam Menangani Trauma Pelecehan Seksual Pada Anak Di UPTD Perlindungan Perempuan dan Anak Kota Pangkalpinang"

Telah dapat diajukan kepada Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar sarjana (S.Sos). Harapan kami, semoga dalam waktu dekat skripsi ini dapat dimunaqasyahkan.

Demikian dan harap maklum. Atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I

Nurviyanti Cholid, M. Pd. I
NIP. 198407312019032007

Bangka, 10 Maret 2026
Pembimbing II

Wahyudi, M.A
NIP.199108052023211025



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
Jalan Raya Petaling KM.13 Kec.Mendo Barat Kab.Bangka Prov.Kep.Bangka Belitung 33173
Fax. (0717) 432872 Email. Humas@iainsasabel.ac.id

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal : Skripsi

Saudari Melati

Kepada Yth,

Kepala Prodi Bimbingan dan Konseling Islam

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung di Bangka

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mencermati, dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan seperlunya, baik dari segi isi, bahasa, maupun teknik penulisan, maka kami selaku Pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : Melati
NIM : 2221009
Prodi : Bimbingan Konseling Islam
Judul : "Implementasi Konseling Individu *Cognitive Behavior Therapy* dalam Menangani Trauma Pelecehan Seksual Pada Anak Di LIPTD Perlindungan Perempuan dan Anak Kota Pangkalpinang"

Telah dapat diajukan kepada Jurusan Bimbingan dan konseling Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar sarjana (S.Sos).

Demikian dan harap maklum. Atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Konsultan I

Basri, M.A
NIP.197303272006041002

Bangka, 10 Maret 2026
Konsultan II

Bohhori, M.Pd.I
NIP. 198912202025211002



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung
E-Mail: humas@iainsasbabel.ac.id
Website: www.iainsasbabel.ac.id

PENGESAHAN

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung Nomor: B-057/FD/07/2026

Skrripsi dengan judul: Implementasi Konseling Individu *Cognitive Behavior Therapy* dalam Menangani Trauma Pelecehan Seksual Pada Anak di UPTD Perlindungan Perempuan dan Anak Kota Pangkalpinang

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Melati
N I M : 2221009
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik IAIN
telah dimunaqosyahkan pada hari Rabu tanggal 30 Juni 2026 dengan nilai **A (88,75)**,
dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Sosial (S.Sos).

DEWAN SIDANG MUNAQOSYAH

Pembimbing I, Pembimbing II,

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik IAIN

Nurviyanti Cholid, M.Pd.I Wahyudi, M.A

NIP. 198407312019032007 NIP. 199108052023211025

Penguji I, Penguji II,

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik IAIN

Basri, M.A Bohnori, M.Pd.I

NIP. 197303272006041002 NIP. 198912202025211002

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik IAIN

Ketua Panitia

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik IAIN

Bohnori, M.Pd.I

NIP. 198912202025211002

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik IAIN

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik IAIN

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik IAIN

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik IAIN

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik IAIN



Bangka, 28 Juli 2026
Bekas,
Dr. H. Igrom Faldiansyah, M.A
NIP. 197607202011011003

HALAMAN MOTTO

*“Dan ketahuilah, bahwa hartamu dan anak-anakmu itu hanyalah sebagai cobaan
dan sesungguhnya di sisi Allah-lah pahala yang besar”*

(QS. Al-Anfal 8: 28)

*Orang-orang penyayang akan disayangi oleh Ar-Rahman. Sebab itu, sayangilah
penduduk bumi, niscaya Tuhan yang diatas langit akan menyayangi kalian*

(HR. Abu dawud, Tirmidzi)

PERSEMBAHAN

Pertama-tama saya ingin mengucapkan syukur kepada Allah SWT sumber segala kekuatan yang selalu menghadirkan jalan di saat penulis merasa lemah, dan menghadirkan harapan di setiap doa yang dipanjatkan. Setiap proses yang dilalui tidak terlepas dari rahmat, pertolongan, dan kasih sayang-Nya yang tidak pernah terputus. Perjalanan yang panjang penuh dengan tantangan, perjuangan yang mengajarkan banyak hal. Setiap langkah, setiap usaha dan doa hingga akhirnya mengantarkan penulis pada titik ini. Semoga karya ini menjadi pengingat bahwa setiap perjuangan yang ditempuh dengan ketulusan akan mengantarkan pada jalan baru menuju masa depan yang lebih baik.

Kepada kedua Ayah dan ibuku tercinta, Suwartiyo dan Supelda terima kasih atas setiap doa yang tidak pernah berhenti mengalir, atas setiap pengorbanan yang tak pernah diminta untuk dibalas dan atas cinta yang selalu menjadi tempat pulang. Kalian adalah alasan penulis untuk tetap kuat, tetap bertahan, dan tetap percaya bahwa setiap perjuangan akan menemukan maknanya. Adik-adikku tersayang Awa, Anin dan keluarga besar menjadi pengingat bahwa penulis tidak berjalan sendiri.

Teman-teman seperjuangan di bangku kuliah, sahabatku baiti, sunita, ervina, marlinda yang selalu memberikan dukungan hingga sampai titik ini. Almamater tercinta, tempat dimana penulis belajar bukan hanya tentang ilmu, tetapi juga tentang perjuangan, ketekunan, dan harapan. Semoga apa yang telah diperoleh dapat menjadi langkah awal untuk memberikan manfaat yang lebih luas.

IMPLEMENTASI KONSELING INDIVIDU *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY* DALAM MENANGANI TRAUMA PELECEHAN SEKSUAL PADA ANAK DI UPTD PERLINDUNGAN PEREMPUAN DAN ANAK KOTA PANGKALPINANG

Melati (2221009)

Bimbingan dan Konseling Islam

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

ABSTRAK

Trauma merupakan kondisi psikologis yang muncul sebab pengalaman atau peristiwa yang menyedihkan, mengganggu, dan diluar kendali sehingga sebagian individu akan berdampak pada kesulitan dalam hidupnya. Bagi anak korban pelecehan seksual trauma akan menimbulkan dampak pada kondisi emosional, kognitif dan perilakunya. Perlunya diberikan pendekatan konseling yang tepat untuk permasalahan ini seperti *cognitive behavior therapy*. Peneliti melakukan penelitian di UPTD Perlindungan Perempuan dan Anak Kota Pangkalpinang karena konseling individu *cognitive behavior therapy* ini telah diterapkan sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan Konseling Individu *Cognitive Behavior Therapy* Dalam Menangani Trauma Pelecehan Seksual Pada Anak.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Pengumpulan data melalui observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling individu *cognitive behavior therapy* memberikan dampak positif terhadap pemulihan trauma konseli. Pelaksananya dilakukan melalui 5 tahapan yaitu 1) asesmen dan diagnosa awal, 2) mencari akar permasalahan yang bersumber dari emosipenyimpangan proses berpikir dan keyakinan utama yang berhubungan dengan trauma 3) menyusun rencana intervensi dengan menyusun konsekuensi positif-negatif kepada klien 4) formulasi status, fokus terapi, dan intervensi tingkah laku 5) pencegahan dan *training self help*. Hambatan yang dialami selama pelaksanaan proses konseling ini seperti 1) motivasi yang rendah 2) ketidakpercayaan diri 3) kondisi kognitif anak 4) kondisi emosional anak 5) keterbatasan tenaga ahli 6) lingkungan sosial yang tidak mendukung 6) stigma dari masyarakat.

Kata kunci: Konseling Individu, Cognitive behavior therapy, Trauma Pelecehan Seksual

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillah, Segala puji dan syukur kehadiran Allah SWT atas segala limpahan rahmat, karunia, dan kasih sayang-Nya jualah skripsi ini dapat diselesaikan. Shalawat serta salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umat manusia dari zaman kegelapan menuju zaman yang penuh ilmu pengetahuan dan cahaya keimanan.

Penulisan skripsi ini merupakan kajian singkat tentang Implementasi Konseling Individu *Cognitive Behavior Therapy* dalam Menangani Trauma Pelecehan Seksual pada Anak di UPTD Perlindungan Perempuan dan Anak Kota Pangkalpinang. Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak anak terwujud tanpa adanya bantuan. Bimbingan, dan dorongan berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H Janawi, M.Ag., selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung beserta para staf.
2. Dr. H. Iqrom Faldiansyah, M.A., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam beserta staf.
3. Pebri Yanasari, M.A, Selaku Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
4. Eva Harista, M.Pd., selaku penasehat akademik.
5. Nurviyanti Cholid, M.Pd.I, selaku Pembimbing I.
6. Wahyudi, M.A., selaku Pembimbing II

7. Basri, M.A., selaku konsultan I
8. Bohhori, M.Pd.I, selaku Konsultan II
9. Seluruh Dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
10. Meryance, S.E, Selaku Kepala UPTD Perlindungan Perempuan dan Anak Kota Pangkalpinang
11. Desta Israwanda, M. Psi., Psikolog, selaku Psikolog UPTD Perlindungan Perempuan dan Anak Kota Pangkalpinang
12. Kepada seluruh pihak yang terlibat di UPTD Perlindungan Perempuan dan Anak Kota Pangkalpinang

DAFTAR ISI

KETERANGAN PLAGIASI.....	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iv
NOTA DINAS KONSULTAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
ABSTRAK	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Kegunaan Penelitian.....	9
E. Telaah Pustaka	10
F. Sistematika Pembahasan	15
BAB II KONSELING INDIVIDU <i>COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY</i>, TRAUMA PELECEHAN SEKSUAL	17
A. Implementasi Konseling Individu <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	17
1. Pengertian Konseling Individu.....	17
2. Tujuan Konseling Individu	18
3. Fungsi Konseling Individu.....	18
4. Pengertian <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	20
5. Tujuan <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	22
6. Teknik-Teknik <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	23
7. Karakteristik <i>Cognitive Behavior therapy</i>	26
8. Tahapan <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	27
B. Trauma Pelecehan Seksual Anak	30
1. Pengertian Trauma	30
2. Jenis Trauma	31
3. Ciri Trauma	32
4. Faktor-Faktor Penyebab Trauma.....	33
5. Pengertian Pelecehan Seksual	35
6. Bentuk Pelecehan Seksual.....	36
7. Faktor Penyebab Pelecehan Seksual	37
8. Dampak Pelecehan Seksual.....	39

9. Pengertian Anak.....	40
10. Kebutuhan Dasar Anak	41
C. Faktor Penghambat Pelaksanaan Konseling Individu <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	42
1. Hambatan Internal.....	42
2. Hambatan Eksternal	43
BAB III METODE PENELITIAN	44
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	44
B. Subjek dan Objek Penelitian	45
1. Subjek.....	45
2. Objek Penelitian.....	45
C. Waktu dan Tempat Penelitian	45
D. Sumber Data Penelitian.....	46
1. Data Primer	46
2. Data Sekunder	48
E. Metode Pengumpulan Data	48
1. Observasi.....	48
2. Wawancara.....	49
3. Dokumentasi	51
F. Analisis Data	51
1. Reduksi Data	52
2. Penyajian Data	52
3. Penarikan Kesimpulan	53
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	54
A. Implementasi Konseling Individu <i>Cognitive Behavior Therapy</i> Dalam Menangani Trauma Pelecehan Seksual Pada Anak Di UPTD Perlindungan Perempuan Dan Anak	55
1. Asesmen dan Diagnosa Awal.....	56
2. Mencari Akar Permasalahan yang bersumber dari emosi, penyimpangan proses berpikir, dan keyakinan utama yang berhubungan dengan trauma	61
3. Menyusun rencana intervensi dengan memberikan konsekuensi positif-negatif	64
4. Formulasi status, fokus terapi, intervensi tingkah laku.....	66
5. Pencegahan dan training <i>self help</i>	72
B. Faktor Penghambat Pelaksanaan Konseling Individu <i>Cognitive Behavior Therapy</i> Dalam Menangani Trauma Pelecehan seksual Pada Anak Di UPTD Perlindungan Perempuan dan Anak.....	74
1. Internal Konselor dan Konseli.....	75
2. Eksternal Konselor dan Konseli	76
C. Hasil pelaksanaan Konseling Individu <i>Cognitive Behavior therapy</i>	78
BABV PENUTUP.....	81
A. Kesimpulan	81
B. Saran.....	82

DAFTAR TABEL

Tabel III. 1 Rincian waktu penelitian

Tabel III. 2 Kisi-kisi pertanyaan

Tabel IV. 1 Restrukturisasi pikiran negatif

Tabel IV. 2 Rangkuman Masalah dan teknik Intervensi CBT

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Pedoman wawancara

Lampiran 2. Hasil wawancara

Lampiran 3. Surat Izin Penelitian

Lampiran 4. Bukti Wawancara, Observasi, Dokumentasi