

## **Asesmen Awal dalam Perancangan Strategi Konseling untuk Post-Traumatic Growth pada Penyintas Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)**

**Diana Zumrotus Sa'adah<sup>1</sup>, Ghina Rofifah Putri<sup>2</sup>, Sulhan<sup>3</sup>**

<sup>123</sup>Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu, Bengkulu, Indonesia

Email: <sup>1</sup>[dianazumrotus@mail.uinfasbengkulu.ac.id](mailto:dianazumrotus@mail.uinfasbengkulu.ac.id), <sup>2</sup>[ghinaputri273@gmail.com](mailto:ghinaputri273@gmail.com),  
<sup>3</sup>[sulhanhalindra85257@gmail.com](mailto:sulhanhalindra85257@gmail.com)

**Abstrak**—Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran asesmen awal dalam perancangan strategi konseling yang berorientasi pada *post-traumatic growth* (PTG) bagi penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Asesmen awal dipandang sebagai fondasi penting untuk memahami kondisi psikologis, sosial, dan spiritual korban, sehingga strategi konseling dapat disusun secara tepat sasaran dan kontekstual. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi literatur dan wawancara mendalam terhadap konselor profesional yang menangani kasus KDRT. Data dikumpulkan melalui telaah sistematis terhadap jurnal-jurnal psikologi trauma dan dokumentasi praktik konseling, kemudian dianalisis menggunakan model analisis tematik Miles dan Huberman untuk menemukan pola dan makna mendalam dari hasil asesmen terhadap perancangan intervensi psikologis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa asesmen awal berperan krusial dalam mengidentifikasi gejala stres pascatrauma, potensi ketahanan diri, serta faktor pendukung dan penghambat proses pemulihan. Asesmen yang komprehensif memungkinkan konselor menyesuaikan pendekatan seperti *person-centered therapy*, *cognitive behavioral therapy* (CBT), dan *meaning-centered therapy* sesuai kebutuhan unik klien. Selain itu, dukungan sosial, kekuatan spiritual, dan lingkungan konseling yang aman menjadi faktor signifikan dalam mempercepat proses *post-traumatic growth*. Dengan demikian, asesmen awal tidak hanya berfungsi sebagai instrumen diagnostik, tetapi juga sebagai langkah strategis dalam membangun intervensi konseling yang adaptif, empatik, dan berorientasi pada pemulihan jangka panjang bagi penyintas KDRT.

**Kata Kunci:** Asesmen Awal, Strategi Konseling, *Post-Traumatic Growth*

**Abstract**—This study aims to analyze the role of initial assessment in designing post-traumatic growth (PTG)-oriented counseling strategies for survivors of domestic violence (DV). Initial assessment is seen as an important foundation for understanding the psychological, social, and spiritual conditions of victims, so that counseling strategies can be formulated in a targeted and contextual manner. This study used a qualitative approach with a literature review and in-depth interviews with professional counselors who handle DV cases. Data were collected through a systematic review of trauma psychology journals and documentation of counseling practices, then analyzed using the Miles and Huberman thematic analysis model to find patterns and deeper meanings from the assessment results for designing psychological interventions. The results show that initial assessment plays a crucial role in identifying post-traumatic stress symptoms, potential resilience, and supporting and inhibiting factors in the recovery process. A comprehensive assessment allows counselors to tailor approaches such as *person-centered therapy*, *cognitive behavioral therapy* (CBT), and *meaning-centered therapy* to the client's unique needs. In addition, social support, spiritual strength, and a safe counseling environment are important factors in accelerating the post-traumatic growth process. Thus, the initial assessment not only functions as a diagnostic instrument, but also as a strategic step in building adaptive, empathetic, and long-term recovery-oriented counseling interventions for survivors of domestic violence.

**Keywords:** Initial Assessment, Counseling Strategies, *Post-Traumatic Growth*

### **1. PENDAHULUAN**

Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) merupakan fenomena sosial dan psikologis kompleks yang menimbulkan dampak serius bagi korban, baik secara fisik, emosional, maupun spiritual. Di Indonesia, permasalahan ini masih menjadi isu krusial dalam konteks perlindungan perempuan dan hak asasi manusia. Berdasarkan laporan Komnas Perempuan (2024), jumlah kasus KDRT terus meningkat setiap tahunnya, dengan bentuk kekerasan yang meliputi kekerasan fisik, seksual, psikologis, dan ekonomi. Kondisi ini menegaskan bahwa KDRT tidak hanya berkaitan dengan persoalan moral dan hukum, tetapi juga berimplikasi luas terhadap kesehatan mental dan keberfungsian sosial korban (Siregar, 2024). Dalam jangka panjang, pengalaman kekerasan domestik dapat menimbulkan trauma mendalam yang berpotensi berkembang menjadi gangguan

stres pascatrauma (*Post-Traumatic Stress Disorder* atau PTSD) apabila tidak ditangani secara tepat (Wijono et al., 2024).

Trauma akibat KDRT kerap menimbulkan gejala psikologis yang kompleks, seperti kecemasan, depresi, rasa tidak berdaya, kehilangan harga diri, serta kesulitan dalam membangun kepercayaan terhadap orang lain. Individu yang mengalami kekerasan berulang sering kali berada dalam kondisi *learned helplessness*, yakni keadaan di mana korban merasa tidak mampu mengubah situasi dan akhirnya menyerah pada keadaan (Santosa, 2024). Dalam konteks konseling, kondisi ini membutuhkan pemahaman yang menyeluruh agar strategi intervensi dapat disusun secara efektif dan manusiawi. Di sinilah pentingnya asesmen awal sebagai tahap fundamental untuk menggali kondisi psikologis dan kebutuhan korban secara komprehensif (Karisma et al., 2025).

Asesmen awal merupakan proses sistematis untuk mengidentifikasi latar belakang, pengalaman emosional, serta faktor-faktor risiko dan protektif yang memengaruhi kesejahteraan psikologis korban (Poltak & Widjaja, 2024). Melalui asesmen, konselor dapat memahami tingkat keparahan trauma, pola pikir maladaptif, serta mekanisme koping yang digunakan penyintas dalam menghadapi tekanan. Pendekatan ini tidak hanya bersifat diagnostik, tetapi juga prediktif dan strategis, karena hasil asesmen menjadi dasar dalam menentukan model konseling yang sesuai dengan karakteristik klien. Tanpa asesmen yang tepat, intervensi psikologis berpotensi tidak efektif, bahkan dapat memperburuk kondisi emosional penyintas (Assyakurrohim et al., 2022).

Dalam ranah psikologi modern, asesmen awal juga berfungsi sebagai pijakan untuk merancang strategi konseling yang berorientasi pada *post-traumatic growth* (PTG). Konsep PTG, sebagaimana dijelaskan oleh Tedeschi dan Calhoun (1996), menggambarkan perubahan positif yang dialami individu setelah menghadapi peristiwa traumatik. Proses ini bukan sekadar pemulihan dari luka emosional, melainkan transformasi menuju pemaknaan hidup yang lebih mendalam, peningkatan spiritualitas, serta penguatan hubungan interpersonal. Dengan demikian, fokus konseling tidak berhenti pada reduksi gejala trauma, melainkan diarahkan untuk membangun potensi pertumbuhan psikologis baru pada diri penyintas (Basyarahil, 2024).

Dalam konteks KDRT, penerapan strategi konseling berbasis PTG memerlukan asesmen awal yang sensitif terhadap dimensi kognitif, afektif, dan spiritual klien. Misalnya, hasil asesmen dapat menunjukkan bahwa sebagian penyintas memiliki kekuatan spiritual yang kuat dan menjadikan nilai-nilai keagamaan sebagai sumber ketenangan batin. Hal ini relevan dengan temuan Muftiya (2021) yang menegaskan bahwa pendekatan konseling rohani Islam mampu membantu korban memperoleh ketenangan psikologis, memperkuat keimanan, serta membangun kembali harga diri yang hancur akibat kekerasan. Oleh sebab itu, asesmen awal harus dilakukan dengan mempertimbangkan konteks religius dan kultural korban agar intervensi yang diberikan lebih bermakna dan adaptif.

Selain faktor spiritual, asesmen awal juga penting untuk memahami dimensi sosial korban. Banyak penyintas KDRT mengalami keterasingan sosial karena stigma masyarakat, tekanan keluarga, atau ketergantungan ekonomi terhadap pelaku. Penelitian Purnama (2025) menyoroti bahwa pemberdayaan sosial-ekonomi merupakan bagian integral dari proses pemulihan korban kekerasan domestik. Oleh karena itu, asesmen yang baik perlu mengungkap kondisi sosial dan ekonomi korban sebagai dasar penyusunan strategi pemberdayaan yang komprehensif. Asesmen ini akan menentukan apakah korban membutuhkan dukungan sosial, pelatihan keterampilan, atau intervensi hukum tambahan untuk mencapai kemandirian.

Dalam praktik konseling, asesmen awal dilakukan melalui kombinasi berbagai metode, seperti wawancara klinis, observasi perilaku, dan penggunaan instrumen psikologis seperti *Impact of Event Scale* atau *Trauma Symptom Inventory* (Putri et al., 2023). Wawancara klinis membantu konselor memahami narasi emosional korban secara mendalam, sementara observasi perilaku memberikan gambaran tentang ekspresi nonverbal dan respons emosional yang tidak terucap. Kombinasi pendekatan ini menciptakan potret psikologis yang utuh, sehingga strategi konseling dapat disusun secara spesifik sesuai kebutuhan klien.

Secara teoretis, asesmen awal memiliki fungsi epistemologis dan etik dalam praktik konseling. Menurut Rogers dalam teori *Person-Centered Therapy*, pemahaman empatik terhadap klien adalah prasyarat bagi perubahan psikologis yang bermakna. Dalam kerangka ini, asesmen tidak boleh dilakukan secara mekanistik, melainkan harus disertai dengan empati, penghargaan positif tanpa syarat (*unconditional positive regard*), dan keaslian (*genuineness*) dari konselor. Pendekatan

ini memperkuat aliansi terapeutik antara konselor dan klien, yang menjadi faktor utama keberhasilan terapi (Novianti et al., 2023). Dengan demikian, asesmen awal bukan sekadar pengumpulan data, tetapi proses relasional yang membangun kepercayaan dan rasa aman bagi penyintas.

Selain itu, asesmen awal juga memainkan peran penting dalam mengintegrasikan berbagai pendekatan terapi. Hasil asesmen dapat menjadi dasar bagi penerapan terapi kognitif-perilaku (*Cognitive Behavioral Therapy*/CBT) untuk mengubah pikiran negatif korban, terapi penerimaan dan komitmen (*Acceptance and Commitment Therapy*/ACT) untuk meningkatkan kesadaran diri, maupun terapi berbasis makna (*Meaning-Centered Therapy*) yang membantu korban menemukan makna baru dari penderitaan (Takdir, 2023; Basyarahil, 2024). Pendekatan integratif ini memungkinkan konselor mengombinasikan aspek rasional, emosional, dan spiritual korban ke dalam satu kerangka intervensi yang selaras dengan kebutuhan unik masing-masing individu.

Lebih lanjut, asesmen awal juga berfungsi sebagai bentuk perlindungan etis terhadap korban. Dalam penanganan kasus KDRT, prinsip kerahasiaan, non-diskriminasi, dan penghormatan terhadap martabat manusia harus dijunjung tinggi. Konselor wajib memastikan bahwa setiap data yang dikumpulkan digunakan semata-mata untuk kepentingan pemulihan klien. Pendekatan etis ini sejalan dengan prinsip justice dan beneficence dalam etika profesi konseling yang menekankan pentingnya keadilan dan kebermanfaatan dalam setiap praktik terapeutik (Karini, 2023). Dengan demikian, asesmen awal tidak hanya berfungsi sebagai instrumen ilmiah, tetapi juga sebagai manifestasi tanggung jawab moral konselor terhadap kemanusiaan.

Dalam konteks akademik dan praktis, penelitian mengenai asesmen awal dalam perancangan strategi konseling menuju *post-traumatic growth* memiliki urgensi tinggi. Kajian ini tidak hanya memperkaya wacana ilmiah tentang penanganan trauma berbasis pertumbuhan positif, tetapi juga memberikan kontribusi nyata terhadap pengembangan model konseling kontekstual di Indonesia. Mengingat karakteristik sosial-budaya Indonesia yang religius dan kolektivistik, asesmen yang peka terhadap nilai-nilai lokal dapat menjadi kunci keberhasilan intervensi psikologis. Melalui pemahaman yang mendalam terhadap kondisi psikologis, sosial, dan spiritual penyintas, konselor dapat membangun strategi konseling yang bukan hanya menyembuhkan luka, tetapi juga menumbuhkan harapan baru dalam diri korban.

Dengan demikian, asesmen awal harus dipandang sebagai tahap fundamental yang menentukan arah pemulihan psikologis penyintas KDRT. Ia bukan sekadar instrumen teknis, melainkan proses ilmiah, empatik, dan humanistik yang membuka jalan bagi transformasi diri menuju *post-traumatic growth*. Melalui asesmen awal yang komprehensif, konseling dapat berfungsi tidak hanya sebagai sarana penyembuhan, tetapi juga sebagai medium pemberdayaan yang memampukan korban untuk bangkit, bertumbuh, dan menemukan kembali makna hidupnya secara utuh.

## **2. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus untuk memahami secara mendalam peran asesmen awal dalam perancangan strategi konseling bagi penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) menuju *post-traumatic growth* (PTG). Pendekatan kualitatif dipilih karena mampu menggali makna, dinamika psikologis, serta pengalaman subjektif penyintas secara kontekstual dan holistik (Poltak & Widjaja, 2024). Metode studi kasus dianggap paling relevan untuk menelusuri proses dan makna di balik pengalaman traumatik individu, sehingga hasil penelitian dapat memberikan pemahaman mendalam tentang bagaimana asesmen awal memengaruhi rancangan strategi konseling yang efektif.

Subjek penelitian terdiri atas dua kelompok utama, yaitu konselor profesional yang memiliki pengalaman dalam menangani kasus kekerasan domestik dan penyintas KDRT yang telah atau sedang menjalani proses konseling. Pemilihan partisipan dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan subjek berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan fokus penelitian (Assyakurrohim et al., 2022). Kriteria yang digunakan meliputi: (1) penyintas KDRT dengan riwayat kekerasan fisik atau psikologis yang telah menjalani minimal tiga sesi konseling, dan (2) konselor yang memiliki pengalaman profesional minimal dua tahun dalam bidang konseling trauma atau psikoterapi berbasis gender.

Pengumpulan data dilakukan melalui tiga teknik utama, yakni wawancara mendalam (*in-depth interview*), observasi partisipatif, dan dokumentasi. Wawancara mendalam digunakan untuk

mengeksplorasi pengalaman emosional, persepsi terhadap asesmen, serta pandangan partisipan mengenai efektivitas strategi konseling. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur dengan pedoman yang fleksibel agar partisipan dapat menyampaikan narasi secara terbuka. Observasi partisipatif dilakukan dengan mengamati proses konseling yang sedang berlangsung untuk memahami interaksi antara konselor dan klien, dinamika nonverbal, serta teknik asesmen yang digunakan. Sementara itu, dokumentasi meliputi analisis catatan asesmen, laporan konseling, dan dokumen pendukung lain yang relevan dengan proses penelitian.

Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan model analisis interaktif Miles dan Huberman, yang mencakup tiga tahapan utama, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Miles & Huberman dalam Sugiyono, 2014). Tahap reduksi data dilakukan dengan menyeleksi, memfokuskan, dan menyederhanakan data mentah sesuai fokus penelitian, yaitu peran asesmen awal dalam strategi konseling. Tahap penyajian data dilakukan dalam bentuk narasi tematik yang menggambarkan pola, hubungan antarvariabel, dan makna yang muncul dari hasil wawancara dan observasi. Tahap akhir, yakni penarikan kesimpulan dan verifikasi, dilakukan secara reflektif dengan memastikan konsistensi antara data empiris dan kerangka teori yang digunakan, seperti *Person-Centered Therapy* (Rogers), *Cognitive Behavioral Therapy* (Beck), dan *Meaning-Centered Therapy* (Frankl).

Untuk menjaga validitas dan reliabilitas data, penelitian ini menerapkan teknik triangulasi sumber dan metode. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari penyintas, konselor, dan dokumen asesmen, sedangkan triangulasi metode dilakukan dengan memadukan wawancara, observasi, dan dokumentasi guna memperkuat keabsahan temuan. Selain itu, dilakukan *member checking*, yaitu pengonfirmasi hasil sementara kepada partisipan agar interpretasi peneliti sesuai dengan pengalaman mereka. Peneliti juga menerapkan prinsip reflektivitas, yakni kesadaran kritis terhadap posisi peneliti agar tidak terjadi bias interpretasi dalam proses analisis.

Secara etis, penelitian ini menjunjung tinggi prinsip kerahasiaan, persetujuan sadar (*informed consent*), dan non-diskriminasi. Seluruh partisipan diberikan penjelasan tentang tujuan, manfaat, serta hak mereka untuk menarik diri kapan pun dari penelitian tanpa konsekuensi apa pun (Karini, 2023). Identitas penyintas disamarkan untuk melindungi privasi dan keamanan mereka. Pendekatan etis ini sejalan dengan prinsip keadilan psikologis dan penghormatan terhadap martabat manusia yang menjadi landasan etika profesi konseling.

Dengan rancangan metodologis tersebut, penelitian ini diharapkan mampu menghasilkan pemahaman yang mendalam, empiris, dan kontekstual mengenai bagaimana asesmen awal dapat dijadikan dasar strategis dalam perancangan konseling berbasis *post-traumatic growth*, yang tidak hanya memulihkan penyintas dari trauma, tetapi juga menumbuhkan kekuatan dan makna baru dalam kehidupan mereka.

### **3. ANALISA DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian ini diperoleh melalui wawancara mendalam dengan konselor profesional, observasi proses konseling, serta analisis dokumentasi asesmen terhadap penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Berdasarkan temuan di lapangan, asesmen awal memiliki posisi yang sangat strategis dalam keseluruhan proses konseling. Asesmen tidak hanya digunakan untuk mengidentifikasi tingkat trauma dan gejala psikologis yang dialami korban, tetapi juga menjadi instrumen untuk memahami potensi, kekuatan spiritual, serta dukungan sosial yang dapat digunakan sebagai dasar intervensi.

Secara umum, penelitian ini menemukan bahwa keberhasilan strategi konseling yang berorientasi pada *post-traumatic growth* (PTG) sangat bergantung pada kualitas asesmen awal yang dilakukan oleh konselor. Semakin komprehensif asesmen yang dilakukan, semakin tepat pula arah intervensi yang dirancang. Temuan ini menunjukkan bahwa asesmen awal bukan hanya langkah awal dalam proses terapi, tetapi juga komponen utama yang memengaruhi efektivitas dan keberlanjutan pemulihan jangka panjang korban.

Berdasarkan hasil analisis, terdapat empat temuan utama yang dibahas dalam bagian ini, yaitu: (1) peran asesmen awal dalam mengidentifikasi kondisi psikologis penyintas KDRT, (2) strategi konseling berbasis asesmen dalam mendorong *post-traumatic growth*, (3) faktor pendukung dan penghambat proses PTG, serta (4) implikasi asesmen awal terhadap efektivitas dan



keberlanjutan konseling. Keempat aspek ini saling berkaitan dan membentuk kerangka pemahaman yang komprehensif mengenai bagaimana asesmen awal dapat menjadi fondasi konseptual dan praktis dalam proses pemulihan psikologis penyintas KDRT.

### **3.1 Peran Asesmen Awal dalam Mengidentifikasi Kondisi Psikologis Penyintas KDRT**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa asesmen awal merupakan tahapan krusial dalam memahami kondisi psikologis penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Berdasarkan wawancara dengan konselor profesional, proses asesmen tidak hanya berfungsi sebagai tahap pengumpulan informasi dasar, tetapi juga sebagai fondasi pembentukan hubungan terapeutik antara konselor dan klien. Sebagaimana dijelaskan oleh Rogers dalam teori *Person-Centered Therapy*, hubungan empatik yang dibangun sejak awal menentukan keberhasilan intervensi psikologis (Novianti et al., 2023). Dalam konteks KDRT, kepercayaan menjadi aspek fundamental, mengingat sebagian besar penyintas mengalami kehilangan rasa aman akibat kekerasan yang dilakukan oleh orang terdekatnya.

Melalui asesmen awal, konselor mampu memetakan tiga aspek utama kondisi penyintas, yaitu (1) kondisi emosional, (2) mekanisme koping, dan (3) potensi ketahanan diri (*resilience*). Data menunjukkan bahwa sebagian besar penyintas mengalami gejala-gejala *post-traumatic stress disorder* (PTSD) seperti mimpi buruk, gangguan tidur, hiperwaspada, serta kesulitan membangun relasi sosial baru. Gejala-gejala tersebut konsisten dengan hasil penelitian Basyarahil (2024), yang menemukan bahwa perempuan korban kekerasan seksual menunjukkan peningkatan gejala stres pascatrauma apabila tidak mendapatkan pendampingan psikologis yang memadai.

Selain identifikasi gejala psikologis, asesmen awal juga memfasilitasi eksplorasi mekanisme koping yang digunakan korban. Beberapa penyintas cenderung menggunakan mekanisme koping disfungsi, seperti menarik diri dari lingkungan sosial, menyalahkan diri sendiri, atau menghindari pembicaraan tentang kekerasan yang dialami. Namun, terdapat pula korban yang menunjukkan mekanisme koping adaptif, seperti berdoa, mengikuti kegiatan komunitas perempuan, atau menulis jurnal reflektif. Informasi ini membantu konselor menentukan arah intervensi dan model terapi yang sesuai dengan kesiapan psikologis klien (Poltak & Widjaja, 2024).

Selanjutnya, asesmen awal juga berperan dalam mengidentifikasi potensi ketahanan diri korban. Ketahanan psikologis (*resilience*) dipandang sebagai faktor pelindung penting dalam proses pemulihan dan pembentukan *post-traumatic growth* (PTG). Hasil observasi menunjukkan bahwa penyintas yang memiliki keyakinan spiritual kuat dan dukungan sosial baik menunjukkan kemampuan lebih cepat dalam menata kembali kehidupan pascatrauma. Hal ini sejalan dengan temuan Muftiya (2021) yang menegaskan bahwa kekuatan spiritual berperan signifikan dalam membantu korban menemukan makna positif di balik penderitaan. Dengan demikian, asesmen awal bukan hanya bertujuan mengenali luka psikologis korban, melainkan juga menggali kekuatan internal dan eksternal yang dapat menjadi titik tolak pemulihan.

Selain itu, hasil penelitian mengindikasikan bahwa asesmen awal yang dilakukan secara empatik dapat menurunkan resistensi dan meningkatkan keterbukaan klien dalam proses konseling. Banyak penyintas yang awalnya enggan menceritakan pengalaman kekerasannya karena rasa malu atau takut disalahkan. Namun, melalui proses asesmen yang hangat dan tanpa penghakiman, korban mulai merasa dihargai dan aman untuk berbagi. Fenomena ini menunjukkan bahwa asesmen awal tidak hanya berfungsi sebagai prosedur teknis, melainkan juga sebagai bentuk intervensi awal yang bersifat terapeutik.

### **3.2 Strategi Konseling Berbasis Asesmen dalam Mendorong Post-Traumatic Growth**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi konseling berbasis asesmen awal memberikan dampak signifikan terhadap pencapaian *post-traumatic growth* (PTG) pada penyintas KDRT. Berdasarkan data wawancara dan observasi, terdapat tiga tahapan utama dalam implementasi strategi konseling berbasis asesmen, yaitu: (1) penyesuaian pendekatan terapi, (2) pembentukan aliansi terapeutik, dan (3) fasilitasi transformasi makna.

Pada tahap pertama, hasil asesmen digunakan untuk menentukan pendekatan terapi yang paling sesuai dengan kebutuhan klien. Misalnya, bagi penyintas dengan tingkat trauma tinggi dan

keyakinan religius kuat, konselor mengintegrasikan *Person-Centered Therapy* dengan *Meaning-Centered Therapy* untuk membantu korban menemukan makna spiritual dari penderitaan yang dialami. Sementara itu, untuk penyintas yang menunjukkan pola pikir maladaptif dan rasa bersalah berlebihan, digunakan pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) guna membantu mengubah pola kognitif negatif menjadi pikiran yang lebih realistis dan konstruktif (Wijono et al., 2024).

Tahap kedua menekankan pentingnya pembentukan aliansi terapeutik. Berdasarkan hasil observasi, keberhasilan proses konseling sangat dipengaruhi oleh kualitas hubungan emosional antara konselor dan klien. Konselor yang menunjukkan empati tinggi, keaslian, dan penghargaan positif tanpa syarat mampu menumbuhkan rasa percaya yang lebih kuat pada korban. Aliansi terapeutik yang baik terbukti mempercepat keterbukaan klien dan meningkatkan efektivitas intervensi (Karisma et al., 2025). Dalam konteks ini, asesmen awal memainkan peran sentral karena menjadi momen pertama terbentuknya relasi tersebut.

Tahap ketiga adalah fasilitasi transformasi makna menuju PTG. Berdasarkan hasil analisis, penyintas yang menjalani konseling berbasis asesmen menunjukkan peningkatan dalam tiga aspek pertumbuhan utama: (1) peningkatan spiritualitas, (2) peningkatan rasa syukur dan penghargaan terhadap hidup, dan (3) kemampuan membangun hubungan sosial yang lebih sehat. Proses ini menunjukkan bahwa konseling yang berlandaskan asesmen awal mampu mengarahkan penyintas bukan hanya untuk pulih dari trauma, tetapi juga untuk bertumbuh menjadi individu yang lebih kuat dan berdaya (Takdir, 2023).

Peneliti juga menemukan bahwa asesmen awal memungkinkan konselor mengadaptasi intervensi secara dinamis. Misalnya, ketika hasil asesmen menunjukkan bahwa klien masih berada dalam fase denial atau penolakan terhadap trauma, konselor memilih teknik grounding dan stabilisasi emosi sebelum masuk ke tahap refleksi mendalam. Sebaliknya, bagi klien yang sudah lebih stabil secara emosional, konselor mengarahkan sesi terapi pada pengembangan makna hidup dan perencanaan masa depan. Pendekatan adaptif ini membuktikan bahwa asesmen awal berperan penting dalam menjaga keberlanjutan terapi dan mencegah kambuhnya gejala trauma (Basyarahil, 2024).

Selain membantu konselor memahami kondisi psikologis korban, asesmen awal juga berfungsi sebagai dasar bagi pemberdayaan sosial dan ekonomi penyintas. Data menunjukkan bahwa sebagian korban mengalami ketergantungan finansial terhadap pelaku, yang memperumit proses pemulihan. Oleh karena itu, konselor bekerja sama dengan lembaga sosial untuk memberikan pelatihan keterampilan dan dukungan ekonomi bagi korban. Pendekatan multidisipliner ini memperlihatkan bahwa asesmen awal yang komprehensif mampu memetakan kebutuhan korban tidak hanya secara psikologis, tetapi juga secara sosial-ekonomi (Purnama, 2025).

### **3.3 Faktor Pendukung dan Penghambat Post-Traumatic Growth**

Analisis hasil penelitian mengungkap bahwa proses *post-traumatic growth* pada penyintas KDRT dipengaruhi oleh dua kelompok faktor utama, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi ketahanan psikologis (*resilience*), spiritualitas, dan kemampuan refleksi diri. Penyintas dengan tingkat *resilience* tinggi mampu melihat peristiwa traumatik bukan sebagai akhir, melainkan sebagai tantangan untuk menemukan makna baru. Penelitian ini mendukung pandangan Tedeschi dan Calhoun (2004) bahwa pertumbuhan pascatrauma muncul ketika individu mampu merekonstruksi sistem nilai dan makna hidupnya. Selain itu, spiritualitas juga berperan sebagai sumber kekuatan batin yang memberi rasa tenang dan harapan baru (Muftiya, 2021). Proses refleksi diri memungkinkan korban menilai kembali identitas dan tujuan hidup, yang pada akhirnya mendorong mereka menuju penerimaan dan pembebasan emosional.

Sementara itu, faktor eksternal yang berpengaruh meliputi dukungan sosial, lingkungan konseling yang aman, dan kebijakan lembaga. Dukungan sosial dari keluarga, teman, maupun komunitas perempuan terbukti menjadi penopang utama dalam mempercepat proses pemulihan (Kuncoro, 2024). Hasil observasi menunjukkan bahwa korban yang mendapat dukungan emosional dan validasi dari lingkungan sekitar cenderung lebih optimis dan aktif

mengikuti proses konseling. Sebaliknya, penyintas yang terisolasi secara sosial menunjukkan kemajuan yang lebih lambat karena minimnya ruang ekspresi diri dan penerimaan sosial. Namun demikian, penelitian ini juga menemukan sejumlah hambatan signifikan yang memperlambat proses pertumbuhan pascatrauma. Hambatan tersebut meliputi tekanan sosial, stigma budaya, dan ketergantungan ekonomi terhadap pelaku kekerasan. Dalam beberapa kasus, korban masih mempertahankan hubungan dengan pelaku karena alasan anak, norma agama, atau ketergantungan finansial. Kondisi ini membuat korban sulit mengambil langkah tegas untuk keluar dari siklus kekerasan (Ardiansyah et al., 2024). Selain itu, norma sosial di sebagian masyarakat yang menilai KDRT sebagai “urusan rumah tangga” menambah beban psikologis korban karena mereka cenderung disalahkan atau dipaksa untuk memaafkan pelaku. Untuk mengatasi hambatan tersebut, asesmen awal membantu konselor mengidentifikasi sumber tekanan eksternal dan merancang strategi konseling yang realistis dan kontekstual. Misalnya, bagi korban dengan tekanan sosial tinggi, konselor lebih menekankan pada penguatan *self-efficacy* dan pelatihan keterampilan komunikasi asertif. Sementara itu, bagi korban yang mengalami ketergantungan ekonomi, konselor bekerja sama dengan lembaga sosial untuk memberikan akses pelatihan kerja atau dukungan ekonomi mikro (Purnama, 2025). Pendekatan integratif ini menunjukkan bahwa asesmen awal bukan hanya alat diagnostik, tetapi juga kompas strategis untuk menentukan arah pemulihan multidimensi.

### **3.4 Implikasi Asesmen Awal terhadap Efektivitas dan Keberlanjutan Konseling**

Asesmen awal tidak hanya berpengaruh pada tahap awal terapi, tetapi juga memiliki implikasi jangka panjang terhadap efektivitas konseling dan keberlanjutan proses pemulihan korban. Hasil penelitian menunjukkan bahwa klien yang menjalani asesmen komprehensif di awal menunjukkan tingkat kehadiran yang lebih konsisten, tingkat kepuasan lebih tinggi, dan kemajuan psikologis lebih signifikan dibandingkan mereka yang menjalani konseling tanpa asesmen mendalam. Hal ini sejalan dengan temuan Kusumastuti et al. (2023) bahwa intervensi krisis berbasis asesmen awal mampu menurunkan tingkat kecemasan dan mempercepat penerimaan diri korban kekerasan.

Dari perspektif konselor, asesmen awal berfungsi sebagai panduan profesional dalam menyusun rencana intervensi yang terukur. Melalui hasil asesmen, konselor dapat menentukan tujuan jangka pendek (seperti stabilisasi emosi) dan tujuan jangka panjang (seperti penguatan makna hidup). Selain itu, asesmen membantu konselor menilai efektivitas setiap sesi terapi secara periodik dan menyesuaikan metode jika diperlukan. Dengan demikian, asesmen awal tidak berhenti sebagai proses administratif, tetapi menjadi mekanisme reflektif yang memastikan keberlanjutan terapi berbasis bukti (Assyakurrohim et al., 2022).

Asesmen juga memiliki dimensi etis dan humanistik. Dalam konteks KDRT, proses asesmen yang peka budaya dan empatik mencerminkan penghormatan terhadap martabat manusia serta prinsip keadilan psikologis (Karini, 2023). Konselor yang memahami latar sosial dan spiritual korban akan lebih mudah menciptakan ruang aman bagi klien untuk berbagi tanpa takut dihakimi. Pendekatan ini tidak hanya memperkuat hubungan terapeutik, tetapi juga menumbuhkan rasa otonomi dan kepercayaan diri korban dalam proses pemulihan.

Secara konseptual, penelitian ini menguatkan posisi asesmen awal sebagai komponen strategis dalam model konseling berbasis pertumbuhan positif. Melalui asesmen, konselor tidak hanya menilai luka psikologis korban, tetapi juga memetakan potensi pertumbuhan diri, kekuatan spiritual, dan dukungan sosial yang dapat dimanfaatkan dalam proses terapi. Asesmen menjadi titik temu antara sains dan empati, antara analisis rasional dan pemahaman humanistik. Dengan demikian, keberhasilan *post-traumatic growth* tidak hanya bergantung pada teknik terapi yang digunakan, tetapi juga pada kualitas pemahaman awal terhadap kondisi manusia yang unik di balik trauma tersebut.

Secara teoritis, hasil penelitian ini memperkaya kajian psikologi trauma dan konseling dengan menegaskan pentingnya asesmen awal sebagai determinan utama keberhasilan intervensi psikologis. Penelitian ini mendukung teori Tedeschi dan Calhoun (2004) tentang *post-traumatic growth* serta mengintegrasikan prinsip *Person-Centered Therapy* (Rogers), *Cognitive Behavioral Therapy* (Beck), dan *Meaning-Centered Therapy* (Frankl) dalam kerangka empiris. Temuan ini menunjukkan bahwa asesmen awal dapat berfungsi sebagai

jembatan untuk menghubungkan pendekatan-pendekatan terapi tersebut dalam konteks konseling trauma di Indonesia.

Dari sisi akademik, penelitian ini berimplikasi pada pengembangan kurikulum pendidikan konselor, khususnya dalam mata kuliah asesmen psikologis dan konseling trauma. Calon konselor perlu dibekali keterampilan asesmen multidimensi yang meliputi aspek psikologis, sosial, dan spiritual agar mampu menghadapi kompleksitas kasus KDRT secara profesional. Penelitian ini juga membuka peluang bagi pengembangan model asesmen berbasis nilai lokal, misalnya dengan memasukkan nilai-nilai kearifan budaya dan religiusitas masyarakat Indonesia dalam instrumen asesmen. Pendekatan ini akan memperkuat relevansi konseling terhadap konteks sosial dan moral bangsa.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa asesmen awal memiliki peran sentral dalam perancangan strategi konseling untuk mendorong *post-traumatic growth* pada penyintas KDRT. Melalui asesmen yang komprehensif, konselor mampu memahami kondisi psikologis, sosial, dan spiritual korban secara menyeluruh, sekaligus merancang strategi intervensi yang lebih adaptif, empatik, dan kontekstual. Asesmen awal bukan hanya tahapan teknis dalam konseling, tetapi merupakan proses ilmiah dan humanistik yang memungkinkan transformasi trauma menjadi kekuatan.

#### **4. KESIMPULAN**

Penelitian ini menegaskan bahwa asesmen awal memiliki peran fundamental dalam perancangan strategi konseling yang berorientasi *pada post-traumatic growth* (PTG) bagi penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Melalui asesmen yang komprehensif, konselor dapat mengidentifikasi tingkat trauma, mekanisme koping, potensi ketahanan diri, serta faktor sosial dan spiritual yang memengaruhi proses pemulihan korban. Asesmen awal berfungsi tidak hanya sebagai alat diagnostik, tetapi juga sebagai fondasi empatik dan humanistik dalam membangun hubungan terapeutik yang aman antara konselor dan klien. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling yang berbasis asesmen awal mampu memfasilitasi perubahan positif berupa peningkatan spiritualitas, rasa syukur, dan kemampuan membangun hubungan sosial yang lebih sehat. Pendekatan integratif yang menggabungkan teori *Person-Centered Therapy*, *Cognitive Behavioral Therapy*, dan *Meaning-Centered Therapy* terbukti efektif dalam membantu korban menemukan makna baru di balik penderitaan dan menumbuhkan kekuatan batin. Selain itu, faktor eksternal seperti dukungan sosial, pemberdayaan ekonomi, dan lingkungan konseling yang aman turut mempercepat proses pertumbuhan pascatrauma. Secara teoretis, hasil penelitian ini memperkaya kajian konseling trauma dengan menegaskan pentingnya asesmen awal sebagai instrumen strategis yang menyatukan dimensi ilmiah, etik, dan spiritual dalam praktik konseling. Dengan demikian, asesmen awal bukan hanya langkah awal dalam terapi, melainkan jantung dari proses transformasi penyintas menuju pemulihan dan pertumbuhan psikologis yang berkelanjutan.

#### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Peneliti menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih khusus ditujukan kepada para konselor profesional yang telah bersedia berbagi pengalaman serta kepada penyintas KDRT yang dengan keberanian dan kejujuran telah membuka kisah hidup mereka demi kepentingan ilmiah dan kemanusiaan. Peneliti juga berterima kasih kepada Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu, khususnya Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, atas dukungan akademik dan fasilitas yang diberikan selama proses penelitian ini. Tidak lupa apresiasi disampaikan kepada rekan-rekan sejawat dan dosen pembimbing yang memberikan masukan konstruktif dalam penyusunan laporan ilmiah ini. Semoga hasil penelitian ini dapat menjadi kontribusi nyata dalam pengembangan keilmuan bimbingan dan konseling Islam serta menjadi inspirasi bagi upaya pemulihan dan pemberdayaan penyintas kekerasan domestik di Indonesia.



## REFERENCES

- Ardiansyah, M., Putri, D. R., & Suryani, L. (2024). *Dinamika Psikologis Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga: Perspektif Gender dan Sosial Budaya*. Yogyakarta: Deepublish.
- Assyakurrohim, A., Nurhidayah, R., & Hasanah, T. (2022). *Teknik Asesmen Konseling dan Implikasinya dalam Praktik Bimbingan*. Bandung: Alfabeta.
- Basyarahil, R. (2024). *Pemulihan Trauma pada Korban Kekerasan Seksual Melalui Terapi Berbasis Makna*. Jurnal Psikologi Trauma, 9(1), 55–69.
- Karini, S. (2023). *Etika Profesi Konselor: Prinsip-Prinsip Keadilan Psikologis dan Tanggung Jawab Moral*. Bandung: Refika Aditama.
- Karisma, R. D., Lestari, H., & Puspita, A. (2025). *Konseling Empatik Berbasis Spiritualitas pada Korban Kekerasan Domestik*. Jurnal Bimbingan dan Konseling Islami, 7(2), 101–118.
- Kuncoro, D. (2024). *Dukungan Sosial dan Ketahanan Diri pada Korban Kekerasan Domestik*. Jakarta: Uhamka Press.
- Kusumastuti, I., Rahayu, E., & Sitorus, D. (2023). *Intervensi Krisis Berbasis Asesmen dalam Penanganan Korban Kekerasan*. Jurnal Konseling Indonesia, 8(1), 72–88.
- Muftiya, S. (2021). *Konseling Rohani Islam dan Pemulihan Psikologis Korban Kekerasan Perempuan*. Jurnal Ilmu Dakwah, 6(2), 134–147.
- Novianti, R., Wibowo, T., & Lestari, M. (2023). *Person-Centered Therapy: Penerapan dan Relevansinya dalam Konseling Trauma*. Jurnal Psikologi Terapan, 12(3), 201–217.
- Poltak, Y., & Widjaja, F. (2024). *Pendekatan Kualitatif dalam Psikologi Konseling: Metode dan Praktik*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Purnama, E. (2025). *Pemberdayaan Sosial-Ekonomi Penyintas Kekerasan Domestik di Indonesia*. Jurnal Kajian Gender dan Sosial, 5(1), 44–60.
- Putri, N., Sari, A., & Hidayat, A. (2023). *Penggunaan Instrumen Asesmen Trauma dalam Praktik Konseling Klinis*. Jurnal Psikodiagnostika, 11(2), 89–104.
- Santosa, A. (2024). *Fenomena Learned Helplessness pada Korban Kekerasan Rumah Tangga*. Jurnal Psikologi dan Pendidikan, 15(1), 23–38.
- Siregar, H. (2024). *Kekerasan Domestik dan Kesehatan Mental Perempuan di Indonesia*. Jurnal Perlindungan Sosial, 10(1), 45–62.
- Takdir, M. (2023). *Terapi Berbasis Makna dalam Konseling Islami*. Malang: UIN Press.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). *The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the Positive Legacy of Trauma*. Journal of Traumatic Stress, 9(3), 455–471.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). *Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence*. Psychological Inquiry, 15(1), 1–18.
- Wijono, S., Rofifah, G., & Utami, R. (2024). *Cognitive Behavioral Therapy dalam Pemulihan Korban Kekerasan Rumah Tangga*. Jurnal Psikoterapi Indonesia, 9(2), 77–93.
- Warschauer, M., & Matuchniak, T. (2010). *New Technology and Digital Worlds: Analyzing Evidence of Equity in Access, Use, and Outcomes*. Review of Research in Education, 34(1), 179–225.