

EYE MOVEMENT DESENSITIZATION AND REPROCESSING (EMDR) SEBAGAI SALAH SATU STRATEGI MEREDUKSI DAMPAK KEKERASAAN PADA ANAK

Maghfirotul Lathifah

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Universitas PGRI Adi Buana

maghfirk07@gmail.com

ABSTRAK

Dunia konseling saat ini semakin berkembang. Perkembangan tersebut diimbangi dengan munculnya berbagai strategi baru, salah satunya ialah *Eye Movement Desensitization and Reprocessing* (EMDR). EMDR merupakan terobosan inovatif dalam strategi konseling untuk mereduksi dampak kekerasan pada anak. Layaknya strategi atau teknik konseling yang lainnya, EMDR terkenal dengan gerakan matanya. Artinya melibatkan kejelian konselor dalam mengolah sensasi gerakan tubuh yang muncul (non verbal). EMDR dapat menghapus rasa takut berlebihan dan kecemasan emosional yang mengelilingi sebuah trauma masa lalu. Berdasarkan kajian literatur ini, diharapkan dapat mendorong konselor dalam profesinya menajamkan atau mengasah kembali keterampilan konseling dalam memberikan layanan yang profesional.

Kata kunci: *Eye Movement Desensitization and Reprocessing* (EMDR), Dampak Kekerasan Pada Anak

PENDAHULUAN

Bimbingan dan konseling merupakan bagian integral keseluruhan sistem pendidikan, berorientasi pada perkembangan siswa. Prioritas kebutuhan peserta didik merupakan dasar dalam program bimbingan dan konseling melalui empat komponen. Empat komponen tersebut ialah layanan dasar, perencanaan individu, layanan responsif, dan dukungan

sistem. Keempat layanan tersebut dimaksudkan agar konselor mampu mengimplementasikan program bimbingan dan konseling sesuai dengan *need assessment* yang dibutuhkan oleh siswa.

Konseling merupakan bagian dari layanan responsif yang bertujuan membantu para siswa untuk menyelesaikan permasalahannya. Nursalim (2015) menjelaskan bahwa konseling

merupakan hubungan personal antara konselor dengan konseli dengan maksud mendorong kemampuan konseli serta membantu memecahkan masalah yang dihadapi. Definisi konseling pun diuraikan oleh Shertzer and Stone (1981) sebagai proses interaksi yang memfasilitasi pemahaman bermakna tentang diri dan lingkungan, dan hasilnya dalam pendirian dan atau klarifikasi dari tujuan serta nilai-nilai dari perilaku masa depan. Kedua pendapat tersebut memiliki makna bahwa konseling merupakan suatu proses pertemuan atau tatap muka antara konselor dengan konseli dalam membantu konseli menyelesaikan permasalahannya dengan mengaplikasikan strategi atau teknik konseling.

Perkembangan zaman saat ini diiringi oleh perkembangan ilmu pengetahuan yang semakin luas, begitu pula dengan dunia konseling. Wawasan akan konseling saat ini semakin berkembang dan luas. Hal tersebut ditandai dengan adanya pendekatan dan strategi baru yang dikembangkan oleh para ahli. Salah satu strategi baru dalam

dunia konseling dan efektif untuk mereduksi dampak kekerasan pada anak ialah *Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR)*.

Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) merupakan ilmu baru dalam strategi konseling. Strategi EMDR telah teruji keefektifannya dalam konseling traumatik. Berbagai penelitian telah membuktikan, di antaranya ialah penelitian yang dilakukan Williams (2001) yang menyatakan bahwa EMDR sebagai treatment yang efektif untuk membantu konseling pasca trauma. Wilensky (2006) sebagai treatment dari Phantom Limb Pain. David (2011), menjelaskan bahwa EMDR merupakan strategi dalam membantu pasca trauma di Combat Veterans, dan Luber (2016) yang menyatakan bahwa EMDR merupakan strategi untuk membantu menangani kecemasan, gejala kompulsif, dan kondisi suasana hati pasca trauma.

Penelitian tersebut kiranya cukup membuktikan bahwa EMDR memiliki potensi untuk membantu mereduksi dampak psikologis kekerasan pada anak. EMDR

memiliki potensi untuk digunakan sebagai salah satu strategi konseling di Indonesia, sehingga membutuhkan pengkajian yang lebih mendalam agar konselor di Indonesia semakin terpacu untuk memotivasi diri mengembangkan kemampuan profesinya.

PEMBAHASAN

Kekerasan Pada Anak

Butchart, Putney, Furniss, Kahane (2006), menjelaskan kekerasan pada anak sebagai bentuk perlakuan fisik dan atau emosi, pelecehan seksual atau komersial, serta eksploitasi yang mengakibatkan kerugian potensi kesehatan anak untuk berkembang. *Child Welfare Information Gateway* (2016), mendefinisikan kekerasan pada anak sebagai suatu tindakan atau kegagalan pengasuhan oleh orang tua yang berdampak pada fisik dan emosi serta kematian. Kedua pendapat di atas dapat dimaknai bahwa kekerasan pada anak sebagai tindakan yang berdampak pada perkembangan anak (baik secara fisik dan psikis) di masa depan, dan merupakan fenomena kompleks dengan berbagai macam penyebabnya.

Data statistik kekerasan anak yang terjadi di Amerika pada tahun 2012 menunjukkan sebesar 676.569 anak-anak menjadi korban kekerasan (*Child Welfare Information Gateway*, 2013). Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menjelaskan bahwa anak-anak yang menjadi korban kekerasan di Indonesia pada tahun 2015 berjumlah 6006, tersebar pada kekerasan di lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. Data tersebut menjawab bahwa 78,3% pelaku kekerasan pada anak ialah korban yang pernah mengalami atau melihat kekerasan (<http://www.kpai.go.id/berita/kpai-pelaku-kekerasan-terhadap-anak>).

Child Welfare Information Gateway (2013) memaparkan beberapa faktor yang mempengaruhi kekerasan pada anak, di antaranya ialah: (1) usia dan perkembangan anak; (2) jenis kekerasan; (3) frekuensi atau durasi kekerasan; dan (4) hubungan antara anak dan pelaku. Hubungan antara anak dengan pelaku merupakan faktor utama pencetus adanya kekerasan pada anak. Kekerasan pada anak sebagaimana

diungkapkan oleh *Child Welfare Information Gateway* (2016) digolongkan menjadi beberapa tipe, di antaranya ialah (1) kekerasan fisik atau *physical abuse*; (2) penelantaran atau *neglect*; (3) eksploitasi atau *sexual abuse*; (4) kekerasan emosi atau *emotional abuse*; (5) *parental substance abuse*; (6) *abandonment*.

(1) Kekerasan fisik atau *physical abuse*

Kekerasan fisik atau *physical abuse* merupakan tindakan yang secara tidak sengaja diarahkan pada anak dan berdampak pada gangguan fisik, seperti menendang (*nyadok*), mencubit (*dicetot*), menggigit (*nyokot*), memukul, menampar, membakar.

(2) Penelantaran atau *neglect*

Penelantaran atau *neglect* merupakan kegagalan orang tua atau orang dewasa dalam bertanggung jawab terhadap anak untuk menyediakan makanan yang dibutuhkan, pakaian, tempat tinggal, perawatan medis, dan pendidikan. Penelantaran atau *neglect* digolongkan menjadi beberapa kategori, di antaranya:

- a. Penelantaran fisik → kegagalan untuk menyediakan makanan yang cukup, pakaian, atau kebersihan.
- b. Penelantaran emosi → kegagalan untuk memberikan pengasuhan dan kasih sayang.
- c. Penelantaran pendidikan → kegagalan untuk mendaftarkan anak di sekolah.
- d. Penelantaran medis → kegagalan untuk mengobati anak atau membawa anak ke dokter.

(3) Eksploitasi atau *sexual abuse*

Hampir keseluruhan negara di dunia akan mendapati kekerasan pada anak tipe

eksploitasi atau *sexsual abuse*. Eksploitasi merupakan unsur kekerasan seksual anak secara yuridis, dan memungkinkan anak terlibat pada jaringan prostitusi atau perdagangan seksual. Fenomena kekerasan seksual pada anak yang sering terjadi ialah sodomi, tindakan tak senonoh dalam hal ini memegang payudara, menyingkap rok, meminta melakukan hubungan intim.

(4) Kekerasan emosi atau *emotional abuse*

Kekerasan emosi atau *emotional abuse* merupakan cedera pada kapasitas psikologis atau kestabilan emosi anak yang dibuktikan dengan pengamatan adanya perubahan perilaku dan respon emosi atau kognisi, seperti kecemasan, depresi, perilaku agresif, dan menarik diri. Bentuk-bentuk kekerasan emosi pada anak seperti penolakan (*rejecting*), isolasi (*isolating*), pengabaian (*ignoring*), perusakan (*corrupting*), eksploitasi (*exploiting*), teror (*terrorizing*). Jabaran dari bentuk-bentuk

kekerasan emosi pada anak diuraikan sebagai berikut.

- a. Penolakan (*rejecting*), merendahkan harga diri seorang anak seperti: selalu mengkritik, berteriak dengan memanggil nama, mengatakan jelek pada anak, bersumpah pada anak, sering meremehkan "kobok, goblok, idiot, jelek", bercanda dengan maksud merendahkan, menghina secara verbal, mengatakan penyesalan "kenapa anak saya tidak berjenis kelamin perempuan?", menolak memeluk, memperlakukan anak seperti anak kecil.
- b. Isolasi (*isolating*), menjauhkan anak dari keluarga dan teman, seperti: mengurung anak, tidak mengizinkan anak bergaul dengan temannya, mengisolasi anak di kamar mandi, memaksa anak belajar berlebihan, memilih teman anak untuk bergaul.
- c. Pengabaian (*ignoring*), gagal dalam merespon atau berinteraksi dengan anak,

- seperti: tidak merespon perilaku anak, tidak mengakui anak sebagai keturunannya, kurangnya respon orang tua terhadap pendidikan anak.
- d. Perusakan (*corrupting*), memotivasi seorang anak untuk berbuat sesuatu yang ilegal atau merusak diri mereka sendiri, seperti: mengajarkan anak untuk berbohong, mengajarkan rasisme, mengajarkan kekerasan.
- e. Eksploitasi (*exploiting*), memberikan tanggung jawab yang lebih besar daripada usianya untuk mendapat keuntungan pribadi, seperti: marah bila anak gagal mencapai tingkat perkembangannya, mengeksploitasi anak (artis, foto model, pengamen), menjadikan anak pengasuh bagi saudaranya, memberi tanggung jawab yang tak masuk akal.
- f. Teror (*terrorizing*), penyebab anak takut karena penggunaan intimidasi, seperti: menakut-nakuti, berteriak, mengamuk, mengancam.
- (5) *Parental substance abuse*
Parental substance abuse merupakan unsur pelecehan atau kelalaian dalam merawat anak, seperti mendistribusikan atau menjual belikan obat terlarang pada anak, membiarkan anak menggunakan bahan-bahan kimia yang disimpan di dalam rumah, memproduksi zat terlarang dalam satu rumah, menggunakan zat terlarang secara berlebihan untuk merawat anak, menyakiti anak karena terlahir dengan orang tua pengguna atau penjual zat terlarang.
- (6) *Abandonment*
Abandonment merupakan tindakan meninggalkan anak secara sengaja dengan keberadaan orang tua yang tak diketahui. *Abandonment* menunjukkan bahwa orang tua telah gagal mempertahankan kontak dengan anak atau memberikan dukungan yang wajar pada periode tertentu.
- Kekerasan pada anak akan meninggalkan luka yang

mendalam. Luka tersebut tidak hanya pada fisik anak, namun juga pada kondisi psikologis anak. Luka pada fisik anak seperti rasa sakit, memar dan bekas goresan, akan menghilang seiring dengan perkembangan waktu. Walaupun demikian, luka fisik anak juga menorehkan bekas pada cacat fisik anak. Luka pada psikologis anak seringkali terabaikan, padahal inilah yang akan berdampak panjang pada tumbuh kembang anak secara emosi dan psikologisnya. Luka psikologis yang tak tertangani inilah penyebab trauma dan berujung pada kematian. Dampak kekerasan anak oleh Yessen (Ricardson, 2001) dijabarkan menjadi tiga, yaitu dampak moral, tingkal laku dan perilaku interpersonal. Dampak yang terjadi pada moral ialah kurang percaya diri, tidak mempunyai minat, tidak puas, apatis, menjaga jarak. Dampak pada perilaku interpersonal ialah menghindari dari lingkungan sosialnya, tidak sabaran, kesulitan berkomunikasi, sedangkan dampak pada tingkah laku ialah mudah lelah, mudah marah, tidak bertanggung jawab, sering

membolos

Stamm (1999) menjelaskan bahwa trauma yang dialami korban kekerasan anak merupakan reaksi alami terhadap peristiwa kekerasan atau mengerikan. Reaksi tersebut merupakan kondisi pasca trauma (PTSD/Post Traumatic Stress Disorder). Adanya ingatan berulang-ulang terhadap suatu peristiwa serta kurangnya respon terhadap lingkungan merupakan bentuk dari PTSD (Marner, 2008). Beaton dan Morphy (Cornille, 1999) menunjukkan bentuk simptom-simptom luka psikis pasca trauma stress disorder (PTSD) sebagai berikut. (1) marah; (2) mimpi buruk; (3) cemas; (4) depresi; (5) ketakutan; (6) sulit tidur; (7) sensitif; (8) keinginan untuk bunuh diri.

Karakteristik EMDR

Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) pertama kali dikembangkan oleh Dr. Francine Shapiro (1995), seorang psikologi di Institute Palo Alto California. Pada saat beliau berjalan di taman dengan pikiran yang menjengkelkan, beliau melihat bahwa dengan memindahkan matanya berulang-ulang bolak

balik intensitas pikiran yang menjengkelkan akan berkurang. Sebagai hasil penelitian bertahun-tahun, Shapiro mengamati bahwa pikiran yang mengganggu tampaknya memiliki pola. Pikiran negatif tersebut dimainkan ulang sampai klien sadar, dan dapat menghentikan atau mengubah pikiran negatif tersebut.

Strategi EMDR pertama kali dikenal dengan *Eye Movement Desensitization* (EMD). Tujuan dari strategi ini ialah untuk mengurangi kecemasan. Shapiro pertama kali mengeksplorasi efektivitas EMD pada tahun 1987. Shapiro menguji strategi ini pada dua kelompok yang menderita PTSD. Kelompok pertama ialah korban kekerasan seksual dan kelompok kedua ialah veteran vietnam. Gerakan mata pada kedua kelompok berkurang seiring dengan menurunnya frekuensi gejala yang mengganggu terkait dengan trauma. Proses umpan balik menjelaskan bahwa kedua kelompok tersebut bebas dari trauma.

Shapiro (1989) menjelaskan bahwa EMDR sering digunakan untuk membantu menangani masalah PTSD (*Pasca Trauma Stress*

Disorder). EMDR merupakan strategi baru dimana konseli melibatkan gerakan mata yang cepat dan fokus pada memori atau pikiran, perasaan, visualisasi atau gambar, serta sensasi gerakan tubuh yang muncul terkait dengan peristiwa traumatik. Proses tersebut memungkinkan konseli mengakses kenangan masa lalu serta menekan perasaannya. EMDR dapat menghapus rasa takut yang berlebihan dan kecemasan emosional yang mengelilingi sebuah trauma masa lalu.

EMDR terkenal dengan gerakan matanya. Sebelum pelaksanaan konseling, konselor harus membangun hubungan terapeutik yang penuh agar mendapatkan sejarah konselinya. Artinya, situasi hubungan dalam proses konseling dibutuhkan dan mencukupi. EMDR merupakan intervensi kompleks yang meliputi semua aspek memori dan disfungsi. Strategi ini bekerja terhadap generalisasi dampak positif dalam bidang kehidupan. Setiap sesi dalam proses implementasi EMDR akan menghadirkan pemikiran negatif, self kontrol, harga diri, manifestasi

somatik atau gejala-gejala somatik substansial dalam jangka waktu yang muncul. yang singkat serta memiliki EMDR membawa relevansi utama untuk masalah saat kemampuan peningkatan ini (Shapiro & Perm, 2014).

TAHAPAN EMDR

Strategi EMDR memiliki beberapa tahapan diuraikan oleh Shapiro & Perm (2014), pada tabel sebagai berikut.

Tahap	Kegiatan	Tujuan
Perencanaan	<ul style="list-style-type: none"> Konselor meminta konseli untuk menceritakan kembali pengalaman masa lalunya yang memicu emosi dan sensasi fisik. <ol style="list-style-type: none"> Peristiwa masa lalu Pemicu saat ini Kebutuhan masa depan 	<ul style="list-style-type: none"> Memperoleh informasi latar belakang permasalahan Mengidentifikasi strategi yang cocok untuk pelaksanaan konseling Mengidentifikasi target pengelohan peristiwa dalam kehidupan konseli
Persiapan	<ul style="list-style-type: none"> Konselor mengajari beberapa teknik untuk mengurangi emosi yang muncul saat proses konseling, seperti relaksasi 	<ul style="list-style-type: none"> Menyiapkan konseli melaksanakan proses konseling dengan EMDR
Assasment	<ul style="list-style-type: none"> Konselor meminta konseli mengidentifikasi tiga hal <ol style="list-style-type: none"> Sebuah gambar atau adegan tertentu → memperjelas visualisasi dari trauma. Keyakinan negatif → terkait dengan peristiwa trauma “ saya jelek, saya bodoh”. Keyakinan positif → mencerminkan apa yang tepat pada saat ini (saya bodoh → saya pintar), selanjutnya konselor meminta konseli untuk menilai seberapa kuat keyakinan positif, skala yang digunakan 1-7 Konselor meminta konseli untuk menggambarkan perasaan emosi Konselor meminta konseli untuk mengidentifikasi lokasi tubuh mana yang merasakan sensasi fisik 	<ul style="list-style-type: none"> Merangsang aspek utama dari memori yang ditargetkan

	ketika berfikir tentang trauma	
Disensitisasi	<ul style="list-style-type: none"> Selama fase disensitisasi, konselor memperhatikan pikiran negatif serta sensasi tubuh yang muncul dari konseli seperti gerakan mata, spontanitas wawasan yang muncul, emosi, fisik dan sensasi. Tahap disensitisasi berlanjut sampai tingkat distress yang dialami oleh konseli, diukur dengan skala 0-1. 	<ul style="list-style-type: none"> Proses pengalaman menuju resolusi adaptif
Instalasi	<ul style="list-style-type: none"> Konseli diminta fokus pada keyakinan positif. Meningkatkan validitas keyakinan positif yang diinginkan dan sepenuhnya mengintegrasikan efek positif dalam jaringan memori. 	<ul style="list-style-type: none"> Meningkatkan koneksi ke jaringan positif
<i>Body scan</i>	<ul style="list-style-type: none"> Fokus pada sensasi fisik, konselor meminta konseli untuk berfikir tentang target awal (goal dari proses konseling). Tahap body scan dianggap berhasil apabila konseli mampu berfikir dan berbicara tentang target awal tanpa merasa ketegangan 	<ul style="list-style-type: none"> Mengelolah setiap sisa-sisa gangguan yang muncul terkait dengan target
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> Konselor akan meninjau kembali teknik visualisasi dan relaksasi untuk menjaga keseimbangan emosi antar sesi. Harapannya konseli meninggalkan proses konseling pada setiap sesi dengan perasaan yang lebih baik Bila diperlukan konselor akan membriefting harapan dan laporan perilaku yang muncul pada setiap sesi. 	<ul style="list-style-type: none"> Memastikan stabilisasi konseli pada penyelesaian antar sesi EMDR
Reevaluasi	<ul style="list-style-type: none"> Konseli akan diminta fokus pada target yang telah dituju (goal) Konselor bertanya pada konseli bagaimana perasaannya ketika sebelum dan sesudah proses konseling Konselor akan memutuskan apakah konseli memerlukan tambahan intervensi atau tidak 	<ul style="list-style-type: none"> Menjamin pemeliharaan hasil konseling dan stabilisasi konseli.

KEUNGGULAN DAN KELEMAHAN EMDR

Eye movement desensitization and reprocessing merupakan strategi baru dalam dunia konseling. Adapun keunggulan dari EMDR ialah dapat membantu menyelesaikan masalah konseli secara mendalam, khususnya untuk PTSD. Proses konseling memerlukan kurang lebih lima kali pertemuan sampai akhir. Fokus pada sumber stres dan trauma. Keterbatasan atau kelemahan strategi EMDR ialah belum adanya kajian penelitian ulang tentang fobia. Secara khusus diuraikan pada tabel sebagai berikut.

Keunggulan	Kelemahan
<ul style="list-style-type: none"> • Membantu menyelesaikan masalah konseli secara mendalam, khususnya untuk gangguan pasca trauma (PTSD) • Proses konseling kurang lebihnya memerlukan waktu lima kali pertemuan sampai pada sesi akhir • Fokus pada sumber stres dan trauma 	<ul style="list-style-type: none"> • Terfokus pada gangguan pasca trauma • Pengolahan kognitif terjadi bersamaan dengan memori recall.

PENUTUP

Perkembangan zaman yang semakin pesat diimbangi dengan perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya ilmu konseling. Kompleksnya permasalahan yang terjadi saat ini menjadi tantangan bagi konselor dalam mengasah kompetensi baik dari segi teori dan teknik, serta agen perkembangan siswa. *Eye Movement Desensitization and Reprocessing* (EMDR) merupakan strategi baru dimana konseli melibatkan gerakan mata yang cepat dan fokus pada memori atau pikiran, perasaan, visualisasi atau gambar, serta sensasi gerakan tubuh yang muncul terkait dengan peristiwa traumatik. Proses tersebut memungkinkan konseli mengakses kenangan masa lalu serta menekan

perasaannya. EMDR dapat menghapus rasa takut yang berlebihan dan kecemasan emosional yang mengelilingi sebuah trauma masa lalu. Strategi EMDR dapat diberdayakan untuk mereduksi dampak kekerasan pada anak, serta menopang implementasi pelayanan program bimbingan dan konseling di Indonesia. EMDR merupakan terobosan baru dalam dunia konseling modern.

DAFTAR PUSTAKA

Butchart, A., Putney, H., Furniss, T. and Kahane, T. 2006. *Preventing Child Maltreatment: A Guide to Taking Action and*

- Generating Evidence*. Geneva: World Health Organisation.
- Child Welfare Information Gateway. 2013. *Child Abuse and Neglect In The UK Today*, (Online), (www.childwelfare.gov), diakses 25 Desember 2016.
- Child Welfare Information Gateway. 2016. *Child Abuse and Neglect In The UK Today*, (Online), (www.childwelfare.gov), diakses 25 Desember 2016.
- Cornille, T. A & Meyers, T. W. 1999. STS Among Child Protective Service Workers: Prevalence, Severity and Predictive Factors *Traumatology*, 5 (1), (Online), (<http://psycnet.apa.org/journals/trm/5/1/5/>), diakses 25 Desember 2016.
- David, L. 2011. *Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) for Posttraumatic Stress Disorder (PTSD) in Combat Veterans*, (Online), (www.campbellcollaboration.org), diakses 25 Desember 2016.
- Luber Marilyn. 2016. *EMDR Therapy Scripted Protocols and Summary Sheet*. New York:Springer Publishing Company.
- Nursalim Mochammad. 2015. *Pengembangan Profesi Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Erlangga.
- Pelaku Kekerasan Terhadap Anak Tiap Tahun Meningkat*. 2015. KPAI, (Online), (<http://www.kpai.go.id/berita/kpai-pelaku-kekerasan-terhadap-anak>), diakses 25 Desember 2016.
- Richardson, J.I. 2001. *Guidebook on Vicarious Trauma: Recommended Solutions for Anti Violence Worker*. Canada: Family Violence Prevention Unit.
- Shapiro, F. 1989. *Eye Movement Desensitization: A New Treatment for Post Traumatic Stress Disorder*. (Online), (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2576656>), diakses 25 Desember 2016.
- Shapiro, F. 1995. *Eye Movement Desensitization and*

- Reprocessing*. New York: The Guilford Press.
- Shapiro, F. & Perm J. 2014. *The Role of Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) Therapy in Medicine: Addressing the Psychological and Physical Symptoms Stemming from Adverse Life Experience*, (Online), (<http://dx.doi.org/10.7812/TPP/13-098>), diakses 25 Desember 2016.
- Shertzer and Stone.1981. *Fundamental Of Guidance*. New York: Houghton Mifflin
- Stamm Hundmall B. (1999). *Secondary Traumatic Stress: Self- Care Issues for Clinicians Researchers and Educators*. MD: Sidran Institute Press.
- Wilensky Marshall. 2006. *Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) as a Treatment for Phantom Limb Pain*, 5 (1), (Online), (<http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.558.3997&rep=rep1&type=pdf>), diakses 25 Desember 2016.
- Williams, J. Christine. 2001. *The Effectiveness Of Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) In The Treatment Of Psychological Traumatized Individuals: A Literature Review*, (Online), (<https://pdfs.semanticscholar.org/5b31/b9808401bd4ea3c36b3ff37744d4c6431247.pdf>), diakses 25 Desember 2016.