

**KONSELING INDIVIDU UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI PADA
KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA DI PUSAT
PELAYANAN TERPADU PEREMPUAN ANAK KORBAN KEKERASAN
(P2TPAKK) REKSO DYAH UTAMI YOGYAKARTA**



SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Strata I**

Disusun Oleh:

Nadia Ari Saputri
NIM 20102020060

Pembimbing:

Zaen Musyirifin, S.Sos.I, M.Pd.I

NIP 19900428 2023211 029

**PROGAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2024

PENGESAHAN TUGAS AKHIR



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-878/Un.02/DD/PP.00.9/06/2024

Tugas Akhir dengan judul : KONSELING INDIVIDU UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI PADA KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA DI PUSAT PELAYANAN TERPADU PEREMPUAN ANAK KORBAN KEKERASAN (P2TPAKK) REKSO DYAH UTAMI YOGYAKARTA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : NADIA ARI SAPUTRI
Nomor Induk Mahasiswa : 20102020060
Telah diujikan pada : Senin, 27 Mei 2024
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang
Zaen Musyirifin, M.Pd.I.
SIGNED

Valid ID: 665fb9d4ceb46



Penguji I
Drs. Muhammad Hafid, M.Pd
SIGNED

Valid ID: 665fac5622b94



Penguji II
Reza Mina Pahlewi, M.A.
SIGNED

Valid ID: 66553e1f06233



Yogyakarta, 27 Mei 2024
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 665f0d4129190

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Yogyakarta 55281

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamualaikum wr.wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : NADIA ARI SAPUTRI
NIM : 20102020060
Judul Skripsi : Konseling Individu Untuk Meningkatkan Resiliensi Pada Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga di Pusat Pelayanan Terpadu Perempuan Anak Korban Kekerasan (P2TPAKK) Rekso Dyah Utami Yogyakarta

Sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah Jurusan/Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang sosial.

Dengan ini saya berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqsyahkan. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 7 Mei 2024

Pembimbing,

Zaen Musyirifin, S.Sos.I, M.Pd.I
NIP 19900428 202321 1 029

Mengetahui:
Ketua Prodi,

Slamet, S.Ag, M.Si
NIP 19691214 199803 1 002

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : NADIA ARI SAPUTRI
NIM : 20102020060
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: *Konseling Individu untuk Meningkatkan Resiliensi pada Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga di Pusat Pelayanan Terpadu Perempuan Anak Korban Kekerasan (P2TPAKK) Rekso Dyah Utami Yogyakarta* adalah hasil karya pribadi dan sepanjang pengetahuan penyusun tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggungjawab penyusun.

Yogyakarta, 7 Mei 2024

Yang menyatakan,



Nadia Ari Saputri
NIM 20102020060

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan segala rasa Syukur atas rahmat Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, karya ini saya persembahkan sebagai tanda bukti sayang dan cintanya yang tiada terhingga kepada kedua Orang tua tercinta, Ibu Sukini Setyaningsih dan Ayah Anwar Syaifudin yang do'a dan cintanya tidak pernah terputus serta penuh keikhlasan mencurahkan segala kasih sayang.



MOTTO

يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ ۗ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا

Artinya: “Wahai manusia! Bertakwalah kepada tuhanmu yang telah menciptakan kamu dari diri yang satu (Adam), dan Allah menciptakan pasangannya (Hawa) dari diri-Nya; dan dari keduanya Allah memperkembangbiakkan laki-laki dan perempuan yang banyak. Bertakwalah kepada Allah yang dengan nama-Nya kamu saling meminta, dan peliharalah hubungan kekeluargaan. Sesungguhnya Allah selalu mengawasimu” (QS.An-nisa:1)¹



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

¹ Al-Qur'an (Tafsir). Greentech Apps. Diakses pada 7 Mei 2024 pukul 21.00 wib

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim Segala puji dan Syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahnya tak terhingga kepada hambanya. Shalawat serta salam semoga selalu tercurah kepada baginda Nabi kita Muhammad SAW yang telah membimbing umatnya ke jalan kebenaran, semoga kita semua termasuk umat Nabi Muhammad SAW yang mendapat keberkahan dunia akhirat.

Alhamdulillah berkat Ridha dan kasih sayang Allah SWT dan atas dukungan kedua orang tua, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Konseling Individu untuk Meningkatkan Resiliensi pada Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga di Pusat Pelayanan Terpadu Perempuan Anak Korban Kekerasan (P2TPAKK) Rekso Dyah Utami Yogyakarta”**

Pada proses penyelesaiannya tentu banyak pihak yang turut serta membantu serta berperan dalam memberikan semangat, arahan, kritik, dan saran kepada penulis, sehingga skripsi dapat diselesaikan tepat waktu. Oleh karena itu, dengan rasa hormat penulis haturkan beribu-ribu terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.A. Selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
2. Ibu Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd. Selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
3. Bapak Slamet, M.Si Selaku Ketua Progam Studi Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
4. Bapak Zaen Musyirifin, S.Sos.I, M.Pd.I Selaku Dosen Pembimbing Skripsi. Terimakasih selalu memberikan motivasi, semangat,dan arahnya dalam menyelesaikan penelitian ini
5. Bapak M. Hafiun, M.Pd dan Reza Mina Pahlevi, M.A. selaku dosen penguji skripsi, selaku dosen penguji yang telah memberikan saran
6. Seluruh dosen Bimbingan dan Konseling Islam dan seluruh karyawan Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang telah memberikan ilmu serta pelayanan administrasi yang baik.

7. Kepala Pusat Pelayanan Terpadu Perempuan dan Anak P2TPAKK Rekso Dyah Utami Yogyakarta beserta staff
8. Bapak tercinta, Anwar Syaifudin. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau dapat mendidik, mendoakan, memberikan semangat dan motivasi tiada henti kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikannya sampai sarjana.
9. Ibu tersayang, Sukini Setyaningsih. Terimakasih sebesar-besarnya penulis sampaikan kepada beliau atas segala bentuk dukungan, bantuan, semangat dan doa yang diberikan selama ini. Terima kasih atas nasihat yang diberikan, Ibu menjadi pengingat dan penguat yang paling hebat. Terima kasih, bu.
10. Terimakasih untuk keluarga besar yang selalu memberikan dukungan baik secara moril maupun materil.
11. Febri Al diyanto, Filda Alifatul Farahiyah, Ajeng Fatimah Azzahra, Annisa Qotrunnada Munawwaroh sebagai sahabat dan teman baik saya yang selalu memberikan support, selalu mengingatkan saya dalam kebaikan, selalu membersamai saya dengan sabar, yang dapat memaafkan dan menerima saya dengan baik, serta selalu mendoakan yang terbaik untuk saya. Terima kasih telah membuat kehidupan perkuliahan terasa begitu cepat dan penuh kebahagiaan.
12. Teman-teman KKN 111 Sambeng dan Induk semang KKN 111 Sambeng yang turut memberikan dukungan dan sudah penulis anggap seperti keluarga
13. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu memberikan pemikiran demi kelancaran dan keberhasilan penyusunan skripsi ini.
14. Teman-teman Bimbingan dan Konseling Islam Angkatan 2020 yang telah memberikan banyak pengalaman selama masa perkuliahan.
15. Terima kasih Nadia, diri saya sendiri yang telah bekerja keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan di luar keadaan dan tak pernah memutuskan untuk menyerah sesulit apapun proses penulisan skripsi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna, sehingga penulis sangat terbuka mengenai kritik dan saran masukan yang membangun. Tidak lupa diucapkan terimakasih dan mohon maaf kepada seluruh pihak yang terlibat semoga bentuk kebaikan kalian mendapat balasan dan keberkahan dari Allah SWT. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan peneliti selanjutnya. *Aamiin Yarabbal'amin.*

Yogyakarta, 6 Mei 2024

Penyusun



Nadia Ari Saputri



ABSTRAK

Nadia Ari Saputri (20102020060) “Konseling Individu untuk Meningkatkan Resiliensi pada Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga di Pusat Pelayanan Perempuan Anak Korban Kekerasan (P2TPAKK) Rekso Dyah Utami Yogyakarta”.

Keluarga merupakan unit terkecil di dalam masyarakat dimana setiap anggota akan mendapatkan rasa aman, nyaman, dan saling bekerja sama. Salah satu masalah yang terjadi dalam keluarga adalah kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) yang dilakukan oleh suami kepada istri dan anak. Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) merupakan fenomena yang marak terjadi di masyarakat dengan tingkat kasus yang meningkat setiap tahunnya. Perilaku kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) memberikan dampak buruk bagi korban baik secara fisik maupun psikis. Penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) memiliki resiliensi yang rendah karena penyintas merasa direndahkan dan munculnya keputusasaan dalam hidup. Resiliensi merupakan kemampuan penyintas untuk beradaptasi terhadap kejadian berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan. Resiliensi yang rendah cenderung akan menjadikan penyintas sebagai individu yang lemah dan tidak berdaya.

Penelitian ini memiliki latar belakang fenomena kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) yang terjadi pada istri di Yogyakarta yang mendapatkan bantuan di P2TPAKK Rekso Dyah Utami Yogyakarta. Salah satu layanan yang diberikan di P2TPAKK Rekso Dyah Utami Yogyakarta dalam upaya meningkatkan resiliensi pada korban KDRT adalah melalui konseling individu. Dengan diterapkannya konseling individu yang dilakukan oleh psikolog di P2TPAKK Rekso Dyah Utami Yogyakarta dapat membantu penyintas dalam meningkatkan resiliensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tahap-tahap konseling individu dalam meningkatkan resiliensi di P2TPAKK Rekso Dyah Utami Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif *field research* yang analisa data dijelaskan dalam bentuk deskriptif. Hasil penelitian ini adalah tahap-tahap konseling individu dalam meningkatkan resiliensi di P2TPAKK Rekso Dyah Utami Yogyakarta. Para psikolog di P2TPAKK Rekso Dyah Utami menggunakan tahap awal, tahap inti, dan tahap akhir. Hal ini dipilih karena dapat memberikan intervensi kepada penyintas dan sesuai dengan keilmuan psikolog

Kata Kunci: Konseling Individu, Resiliensi, KDRT

ABSTRACT

Nadia Ari Saputri (20102020060) "Individual Counseling to Increase Resilience for Victims of Domestic Violence at the Rekso Dyah Utami Yogyakarta Service Center for Women and Children Victims of Violence (P2TPAKK).

The family is the smallest unit in society where each member will feel safe, comfortable and work together with each other. One of the problems that occurs in families is domestic violence (KDRT) perpetrated by husbands against wives and children. Domestic violence (KDRT) is a phenomenon that is widespread in society with the rate of cases increasing every year. Domestic violence (KDRT) behavior has a negative impact on the victim both physically and psychologically. Survivors of domestic violence (KDRT) have low resilience because survivors feel humiliated and despair appears in life. Resilience is a survivor's ability to adapt to serious events or problems that occur in life. Low resilience tends to make survivors weak and helpless individuals.

This research has as its background the phenomenon of domestic violence (KDRT) which occurs among wives in Yogyakarta who receive assistance at P2TPAKK Rekso Dyah Utami Yogyakarta. One of the services provided at P2TPAKK Rekso Dyah Utami Yogyakarta in an effort to increase resilience in victims of domestic violence is through individual counseling. By implementing individual counseling carried out by psychologists at P2TPAKK Rekso Dyah Utami Yogyakarta, it can help survivors increase their resilience. This research aims to determine the stages of individual counseling in increasing resilience at P2TPAKK Rekso Dyah Utami Yogyakarta. This research uses a qualitative field research approach where data analysis is explained in descriptive form. The results of this research are the stages of individual counseling in increasing resilience at P2TPAKK Rekso Dyah Utami Yogyakarta. The psychologists at P2TPAKK Rekso Dyah Utami use the initial stage, core stage and final stage. This was chosen because it can provide intervention to survivors and is in accordance with psychologists' knowledge

Keywords: Individual Counseling, Resilience, Domestic Violence

DAFTAR ISI

PENGESAHAN TUGAS AKHIR	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah	4
C. Rumusan Masalah	12
D. Tujuan Penelitian.....	12
E. Manfaat Penelitian.....	13
F. Kajian Pustaka.....	14
G. Kajian Teori.....	18
1. Tinjauan Tentang Konseling Individu.....	18
2. Tinjauan Tentang Resiliensi.....	35
3. Tinjauan Tentang Kekerasan Dalam Rumah Tangga	43
H. Metode Penelitian.....	51
BAB II GAMBARAN UMUM PUSAT PELAYANAN TERPADU PEREMPUAN DAN ANAK KORBAN KEKERASAN P2TPAKK REKSO DYAH UTAMI YOGYAKARTA	59
A. Letak Geografis P2TPAKK Rekso Dyah Utami Yogyakarta	59

B.	Sejarah P2TPAKK Rekso Dyah Utami Yogyakarta	59
C.	Visi dan Misi P2TPAKK Rekso Dyah Utami Yogyakarta	61
D.	Struktur Organisasi P2TPAKK Rekso Dyah Utami	62
E.	Personalia P2TPAKK Rekso Dyah Utami	64
F.	Pelayanan P2TPAKK Rekso Dyah Utami	64
G.	Alur Pendampingan Korban Kekerasan Perempuan dan Anak di P2TPAKK Rekso Dyah Utami	66
H.	Kriteria Korban di P2TPAKK Rekso Dyah Utami	68
I.	Jenis-jenis layanan yang tersedia di P2TPAKK Rekso Dyah Utami bagi korban KDRT	68
J.	Penangan Kasus pada Korban KDRT di P2TPAKK Rekso Dyah Utami .	70
K.	Profil Layanan Konseling Individu di P2TPAKK Rekso Dyah Utami Yogyakarta	73
L.	Gambaran Umum Subjek	74
BAB III TAHAP-TAHAP KONSELING INDIVIDU DALAM MENINGKATKAN RESILIENSI PADA KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA DI PUSAT PELAYANAN PEREMPUAN DAN ANAK KORBAN KEKERASAN (P2TPAKK) REKSO DYAH UTAMI YOGYAKARTA.....		77
A.	Tahap Awal	80
B.	Tahap Pertengahan (Tahap Inti).....	90
C.	Tahap Akhir.....	99
BAB IV PENUTUP.....		107
A.	Kesimpulan.....	107
B.	Saran.....	108
C.	Kata Penutup	108
DAFTAR PUSTAKA.....		109
LAMPIRAN		112
Daftar Riwayat Hidup.....		126

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Susunan personalia P2TPAKK P2TPAKK Rekso Dyah Utami Yogyakarta	64
Tabel 2 Alur Pendampingan di P2TPAKK P2TPAKK Rekso Dyah Utami Yogyakarta	66



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Susunan Organisasi di P2TPAKK P2TPAKK Rekso Dyah Utami
Yogyakarta 62



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	112
Lampiran 2	114
Lampiran 3	124



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Konseling Individu dalam Meningkatkan Resiliensi Pada Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga menjadi judul penelitian dalam tugas akhir dalam perkuliahan berupa skripsi, pada tahap awal penulisan ini yang berkaitan dengan skripsi adalah penegasan judul agar dapat memudahkan peneliti dan pembaca dalam mengambil makna dari skripsi ini. Dalam penegasan judul ini ada beberapa istilah yang akan dijelaskan, yaitu:

1. Konseling Individu

Konseling individu merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang profesional yang diberikan secara *face to face* kepada individu yang sedang mengalami masalah. Konseling individu adalah pemberian bantuan kepada seseorang yang memiliki masalah yang dilakukan dengan wawancara yang bertujuan untuk menyelesaikan permasalahan tersebut.² Konseling individu merupakan kegiatan yang berfungsi untuk memberikan bantuan kepada seseorang untuk menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi. Proses konseling akan dilakukan oleh seorang ahli atau konselor.

Tujuan dari konseling individu yaitu untuk memberikan pemahaman kepada klien mengenai keadaan dirinya, mengembangkan potensi yang ada

² Erman Amti Prayitno, "Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling (Jakarta)," *Rineka Cipta*, 2004.

di dalam dirinya sesuai dengan keputusan yang telah dibuat, merubah perilaku menjadi lebih baik.

2. Resiliensi

Para ahli menyadari perkembangan pesat yang terjadi di abad 21 memerlukan resiliensi pada setiap individu untuk menghadapi perubahan. Pengertian resiliensi merupakan kemampuan seseorang bangkit dalam kondisi terpuruk setelah mengalami kejadian hebat yang menyakiti dirinya. Resiliensi merupakan kapasitas dalam mempertahankan kemampuan untuk berfungsi secara kompeten dalam menghadapi berbagai stressor kehidupan. Resiliensi adalah sebuah proses yang meliputi gambaran yang utuh, yang memungkinkan seseorang menghasilkan ketahanan dalam konteks sosial. Resiliensi merupakan suatu proses adaptasi dalam menghadapi trauma, kesulitan, suatu tragedi, dan ancaman yang membuat individu mengalami stres.³

3. Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga di Pusat Pelayanan Perempuan

dan Anak Korban Kekerasan (P2TPAKK) Rekso Dyah Utami Yogyakarta

Korban merupakan seseorang yang dirugikan dalam sebuah peristiwa atau sesuatu hal yang sedang terjadi. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia korban merupakan binatang atau orang yang mengalami malapetaka atau kondisi yang menderita akibat dari perbuatan jahat atau sebuah kejadian. Seorang yang dikatakan korban berada pada kondisi

³ Fuad Nashori dan Iswan Saputro, *Psikologi Resiliensi*, Universitas Islam Indonesia, 2021 <https://www.researchgate.net/publication/351283333_Psikologi_Resiliensi>.

kurang nyaman, penderitaan, kerugian yang mengganggu kondisi kejiwaan. Korban adalah orang yang mengalami penderitaan, baik fisik, mental, emosional, kerugian ekonomi, atau mengalami pengabaian, pengurangan, perampasan hak-hak sebagai akibat pelanggaran hak asasi manusia yang berat termasuk korban atau ahli warisnya.⁴

Korban kekerasan dalam rumah tangga adalah seseorang yang mengalami perilaku kekerasan yang dilakukan oleh anggota keluarga yang melanggar hak-hak manusia. Kekerasan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia merupakan sifat keras, paksaan, perilaku yang menyebabkan luka fisik atau barang milik orang lain.

Kekerasan merupakan tindakan verbal ataupun fisik yang berupa pemaksaan yang dapat menghilangkan nyawa yang menyebabkan kerugian fisik maupun psikologis, penghinaan ataupun perampasan kebebasan. Kekerasan dalam rumah tangga memberikan efek negative yang cukup besar terhadap perempuan.⁵ KDRT cenderung menggunakan paksaan yang dapat menciptakan hubungan kekuasaan sehingga perempuan dapat berada di posisi rendah. KDRT menunjukkan bahwa perempuan akan lebih baik hidup di bawah laki-laki. KDRT terhadap perempuan sampai saat ini masih dianggap aib dan menjadi masalah privat yang membuat perempuan menjadi obyek kekerasan untuk melaporkan ke pihak berwajib menjadi

⁴ Undang Undang Nomor 27 Tahun 2004 Tentang Komisi Kebenaran dan Rekonsiliasi

⁵ Joko Sriwidodo, *Pengantar hukum kekerasan dalam rumah tangga*. (Yogyakarta: Kapel Pressindo), hlm 3

susah dilakukan. Terjadinya KDRT dikategorikan menjadi dua yaitu dari sisi individu dan struktur sosial.

Pusat pelayanan perempuan dan anak korban kekerasan (P2TPAKK) Rekso Dyah Utami Yogyakarta merupakan salah satu tempat yang memberikan pelayanan kepada perempuan dan anak korban kekerasan dalam rumah tangga. Tempat rehabilitasi ini beralamat di Jl. Tentara Rakyat Mataram No. 53 Bumijo, Jetis, Yogyakarta. Tujuan dan visi misi dari Pembangunan tempat ini yaitu sebagai tempat perlindungan Perempuan dan anak korban kekerasan dan sebagai wadah dalam meningkatkan sumber daya manusia yang berkualitas, meningkatkan sarana prasarana, meningkatkan pelayanan yang optimal, dan meningkatkan partisipasi masyarakat terhadap pelayanan di Pusat pelayanan perempuan dan anak korban kekerasan (P2TPAKK) Rekso Dyah Utami. P2TPAKK Rekso Dyah Utami menyediakan beberapa layanan yang bertujuan membantu permasalahan individu seperti konsultasi psikologi, konsultasi medis, konsultasi perkawinan, konsultasi sosial, dan konsultasi hukum.⁶

B. Latar Belakang Masalah

Pernikahan merupakan perintah agama yang telah diatur oleh syariat islam yang merupakan satu-satunya jalan penyaluran seks yang disahkan oleh agama. Menurut Pasal 1 Undang-Undang nomor tahun 1974 tentang perkawinan, pengertian perkawinan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria dan seorang

⁶ Rekso Dyah Utami, "REKSO DYAH UTAMI Pusat Pelayanan Terpadu Perempuan dan Anak Korban Kekerasan DIY" <<https://www.rdu.or.id/home>>.

wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa.⁷ Pembentukan suatu keluarga menurut pandangan islam melalui sebuah pernikahan yang sesuai dengan tuntunan Al-qur'an dan sunnah. Pernikahan dipandang melalui dua sisi, yaitu pernikahan sebagai perintah agama dan sebuah cara untuk menyalurkan kebutuhan biologis yang disahkan dalam agama.

Keluarga merupakan unit terkecil di dalam masyarakat dalam kehidupan sosial. Konsep keluarga adalah tempat untuk mendapatkan rasa aman, perlindungan, nyaman, dan selalu diterima. Keluarga adalah kumpulan orang yang terikat melalui perkawinan, kelahiran, dan adopsi yang bertujuan untuk menciptakan, memelihara, budaya, dan meningkatkan perkembangan fisik, mental, emosional, dan sosial setiap anggota keluarga. Sebuah keluarga harus memenuhi tiga syarat, yaitu adanya pernikahan, karena adanya kelahiran, dan adanya adopsi. Setiap anggota keluarga cenderung akan memiliki tujuan yang sama dalam keluarga. Setiap anggota akan saling bergantung dalam mencapai tujuan mereka.⁸ Keluarga dapat diartikan sebagai satuan sosial terkecil yang dimiliki manusia sebagai makhluk sosial yang ditandai adanya kerja sama ekonomi. Anggota keluarga terdiri dari ayah sebagai kepala keluarga, ibu, dan anak baik yang dilahirkan maupun anak yang diangkat. Sebuah keluarga dapat terdiri hanya suami dan istri karena tidak setiap keluarga memiliki anak.

⁷ Akhmad Munawar, "Sahnya Perkawinan Menurut Hukum Positif Yang Berlaku Di Indonesia," *Al-Adl: Jurnal Hukum*, 7.13 (2015), 21–31 <<https://doi.org/10.31602/al-adl.v7i13.208>>.

⁸ A. Octamaya Tenri Awaru, *Sosiologi Keluarga, Media Sains Indonesia*, 2021, 1 <<https://media.neliti.com/media/publications/114514-ID-keluarga-dalam-kajian-sosiologi.pdf>>.

Dalam Al-qur'an dijelaskan bahwa pernikahan menjanjikan perdamaian hidup bagi setiap individu di mana setiap individu dapat membangun surga dunia di dalam pernikahan tersebut. Semua hal tersebut dapat terjadi apabila dijalani dengan cara yang sesuai dengan jalur yang telah ditetapkan Islam.⁹ Namun, tidak semua keluarga berada pada kondisi yang harmonis. Kurangnya kontrol diri dari setiap individu dapat membahayakan setiap anggota keluarga. Kehidupan yang rapuh dan goyah memudahkan untuk terjadinya penyimpangan perilaku.

Salah satu isu di dalam rumah tangga yang kini semakin populer adalah mengenai kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) yang terjadi kepada istri dan anak. Saat ini ramai diberitakan media masa mengenai istri ataupun anak yang menjadi korban kekerasan dalam rumah tangga, istri yang disiksa oleh suami, anak yang ditelantarkan oleh orang tua, anak yang dilecehkan oleh ayah. Mereka sesungguhnya merupakan kelompok manusia yang rawan diperlakukan salah. Mereka sering tidak mendapatkan hak secara penuh dengan ditelantarkan, diperlakukan kasar, dan menjadi korban yang dilarang memenuhi hak-haknya. Dalam undang-undang pasal 1 nomor 23 Tahun 2004 tentang penghapusan kekerasan dalam rumah tangga, bahwa kekerasan dalam rumah tangga merupakan perbuatan terhadap seseorang terutama perempuan yang menimbulkan kesengsaraan atau penderitaan fisik, seksual, psikologis, penelantaran rumah tangga, termasuk akan menjadi ancaman untuk melakukan

⁹ H. Abdullah, *Prinsip-Prinsip Dasar Dalam Keluarga Islam* (Yogyakarta: Aswaja Pressindo).

perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan melawan hukum dalam lingkup keluarga.¹⁰

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Mada Kartikasari dan Fuad Nashori mengatakan bahwa pada 2019 Komnas perempuan menyebutkan kekerasan perempuan, kekerasan dalam rumah tangga memiliki jumlah kasus sebanyak 75 % atau 11,105 ribu kasus. Kekerasan dalam rumah tangga merupakan kekerasan yang dapat dilakukan oleh siapa saja yang menjadi anggota dari keluarga seperti ayah, ibu, anak, atau pegawai di dalam rumah. Kekerasan yang dialami oleh istri merupakan kekerasan yang memiliki presentil terbanyak dengan jumlah 6.555 kasus.¹¹ Dari catatan tahunan (CATAHU) Komnas perempuan pada tahun 2020, mencatat bahwa KDRT menempati posisi pertama dengan jumlah 75,4%. Sedangkan bentuk kekerasan fisik berjumlah 4,783% kasus. Dari jumlah keseluruhan 11,105 kasus, sebanyak 6,555 atau 59% merupakan kekerasan pada istri. Pada KDRT/RP kekerasan terhadap istri (KTI) tercatat 456 kasus dan KTI pada perkawinan tidak tercatat 19 kasus merupakan kasus yang paling banyak diadakan. Kemudian berturut-turut Kekerasan Mantan Pacar, 412 kasus, Kekerasan Dalam Pacaran 264 kasus, Kekerasan Terhadap Anak Perempuan 125 kasus, KMS 49 kasus, KDRT/RP lain 78 kasus, dan PRT 1 kasus. KDRT/RP

¹⁰ Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004 Pasal 1 Tentang Penghapusan Kekerasan dalam Rumah Tangga

¹¹ Mada Kartikasari dan Fuad Nashori, "Efektivitas Terapi Zikir Istighfar untuk Mengurangi Gejala Gangguan Stres Pascatrauma Pada Istri Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga," *Psychopolytan : Jurnal Psikologi*, 5.2 (2022), 83–98 <<https://doi.org/10.36341/psi.v5i2.1942>>.

lain seperti: kekerasan terhadap menantu, sepupu, kekerasan oleh kakak/adik ipar atau kerabat lain.¹²

Sejak 5 tahun terakhir, komnas perempuan mencatat bahwa 36% Perempuan mengalami kekerasan psikis, kekerasan seksual 33%, kekerasan fisik 18%, dan kekerasan ekonomi sebanyak 15%.¹³ Dari banyaknya kasus kekerasan yang dialami oleh istri menunjukkan bahwa hingga saat ini banyak istri yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga yang menyebabkan kurangnya kesejahteraan hidup istri yang apabila dibiarkan maka akan menciptakan masa depan yang gelap bagi generasi selanjutnya.

Indonesia sendiri merupakan negara yang menjunjung tinggi hak asasi manusia (HAM) di mana kekerasan harus dihapuskan dari kehidupan manusia khususnya bagi perempuan demi menjadi bangsa yang bermartabat dan berkembang. Akan tetapi, sangat disayangkan kekerasan pada perempuan masih banyak terjadi yang dapat menimbulkan trauma yang mendalam bagi korban. Kekerasan yang dialami oleh anggota keluarga akan membawa dampak buruk baik dari segi fisik maupun psikis. Korban kekerasan akan mengalami trauma psikologis karena mengalami peristiwa yang datang secara tiba-tiba dan memberikan pesan mendalam yang akan membuat korban tertekan.

¹² CATAHU 2020 Komnas Perempuan, “Perempuan dalam Himpitan Pandemi: Lonjakan Kekerasan Seksual, Kekerasan Siber, Perkawinan Anak, dan Keterbatasan Penanganan di Tengah Covid-19.” Diakses pada 17 September 2023 pukul 11.50 wib. <https://komnasperempuan.go.id/siaran-pers-detail/catahu-2020-komnas-perempuan-lembar-fakta-dan-poin-kunci-5-maret-2021>

¹³ Komnas Perempuan, “Peningkatan Jumlah Kasus KBG di Tahun 2021 Menjadi Alarm Untuk RUU TPKS Segera Disahkan” <<https://komnasperempuan.go.id/kabar-perempuan-detail/peluncuran-catahu-komnas-perempuan-2022>>.

Adapun beberapa jenis kekerasan yang dialami dari kekerasan dalam rumah tangga meliputi, kekerasan fisik, kekerasan psikis, kekerasan seksual, dan kekerasan ekonomi. Individu yang menjadi korban kekerasan akan mengalami trauma yang dapat mengganggu korban dalam melanjutkan hidup. Akibat dari kekerasan dapat berdampak luas bagi kehidupan korban. Misalnya seperti cacat, trauma, stres, menimbulkan konflik seperti pembunuhan, menyebabkan penyimpangan seksual, dan mengganggu proses tumbuh kembang. Korban yang tidak tertangani dengan baik dikhawatirkan dapat menjadi pelaku kekerasan dikemudian hari sebagai ajang balas dendam terhadap masa lalunya. Paparan diatas menunjukkan bahwa hidup sebagai korban dimasyarakat bukanlah hal yang mudah, terdapat banyak dampak psikologis yang dialami oleh korban. Dampak psikologis itu sendiri yaitu kehilangan akan kepribadian, kehilangan rasa aman, kehilangan hubungan lawan jenis, kehilangan akan harga diri, dan kehilangan rasa kepercayaan diri. Penderitaan korban membutuhkan penyesuaian diri untuk menerima tekanan-tekanan atau masalah yang dihadapi. Oleh karena itu, penanganan akan dampak dari kekerasan yang menimpa korban sedini mungkin sangat dibutuhkan agar efek dari peristiwa kekerasan tersebut tidak terjadi kepada korban.

Salah satu penanganan untuk korban yang telah terkena dampak dari kekerasan ini adalah dengan melakukan konseling yang dilakukan oleh seorang konselor profesional. Penelitian yang dilakukan oleh Mariati, dkk., menjelaskan bahwa konseling individu merupakan salah satu cara yang tepat dalam mengurangi trauma pada korban kekerasan yang berdampak baik bagi korban

karena setelah melakukan konseling individu mampu menjalani hidup dengan lebih baik dengan berkurangnya dampak dari kekerasan tersebut.¹⁴ Kebutuhan akan hubungan konseling saat ini disetiap negara sangat penting. Hal ini karena perubahan sosial berkembang secara pesat sebagai akibat dari majunya komunikasi, transportasi, perdagangan, meningkatkannya kekayaan, pengawasan yang mempengaruhi pola struktur fungsi keluarga. Konseling individu merupakan proses pemberian bantuan yang diberikan oleh seorang ahli untuk membantu menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi konseli. Konseling merupakan kegiatan yang membantu untuk individu tumbuh kearah yang dipilihnya sendiri, mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi, serta mampu menghadapi krisis yang ada didalam kehidupannya. Konseling dilakukan untuk membantu konseli dalam perlindungan hukum dan menyembuhkan trauma yang dialami.

Konseling individu akan menumbuhkan penerimaan diri dari korban mengenai kondisi yang telah terjadi sehingga dapat hidup seperti dahulu dengan kondisi yang lebih baik. Untuk dapat kembali hidup dengan kondisi yang sebelumnya perlu adanya resiliensi dalam diri korban. Seseorang dapat mengubah pikiran negatif menjadi positif yang berkembang dan terarah. Seseorang yang resilien adalah orang yang menghindari pikiran negatif untuk mengurangi penderitaan.

¹³ Lena Marianti, Eni Murdiati, dan Lusi Sesriani, "Konseling Individu dengan Teknik Roleplay untuk Mengatasi Stres Pasca Trauma pada Anak Korban Kekerasan Seksual," *Ghaidan*, 2.2 (2018), 1–12.

Resiliensi merupakan kemampuan seseorang dalam mengatasi, melalui, dan kembali kepada kondisi semula setelah mengalami kejadian yang menekan. Kemampuan ini akan membantu untuk mengelola stres dalam kehidupan korban. Setiap korban yang mengalami peristiwa KDRT akan memicu tekanan dalam dirinya. Resiliensi disebut dengan kemampuan untuk menstabilkan psikologis agar tidak stres. Korban akan berusaha beradaptasi agar dampak kekerasan yang dialami tidak membekas selama hidup mereka dan mempertahankan kesehatan meskipun dalam keadaan yang sulit. Meningkatkan resiliensi sangat penting dilakukan oleh korban KDRT. Orang yang memiliki resiliensi dapat mengontrol emosi dirinya dan orang lain. Kondisi masa lalu tidak dapat diubah, akan tetapi keyakinan dapat diubah serta kemampuan dapat ditingkatkan. Dengan meningkatkan resiliensi korban dapat mengasah keterampilan hidup yang dimiliki dan berani memulai hal yang baru

. Peneliti tertarik mengambil fokus ini karena banyaknya kasus KDRT membuat korban takut untuk kembali menjalani hidupnya seperti sedia kala. Kondisi tersebut apabila semakin berlanjut akan membuat korban kehilangan dirinya sendiri yang menyebabkan korban tidak mendapatkan hak-hak hidupnya. Sehingga perlu adanya upaya untuk menumbuhkan resiliensi bagi korban kekerasan dalam rumah tangga agar dapat kembali beraktifitas dan menjalani hidup dengan baik.

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk melakukan studi konseling individu untuk meningkatkan resiliensi di P2TPAKK Rekso Dyah Utami. P2TPAKK Rekso Dyah Utami dipilih sebagai tempat penelitian adalah karena

P2TPAKK Rekso Dyah Utami merupakan salah satu lembaga yang di bawah oleh pemerintah serta memiliki fasilitas dan kegiatan yang mendukung dalam pemberdayaan korban kekerasan. Pada tahun 2023 P2TPAKK Rekso Dyah Utami telah menangani 181 kasus kekerasan yang terjadi kepada perempuan dan anak. Pusat pelayanan perempuan dan anak korban kekerasan (P2TPAKK) Rekso Dyah Utami adalah tempat rehabilitasi yang sangat tanggap serta responsif terhadap kasus kekerasan pada anak dan perempuan. Pusat pelayanan perempuan dan anak korban kekerasan (P2TPAKK) Rekso Dyah Utami memiliki beberapa kegiatan seperti sosialisasi mencegah kekerasan, pelayanan pos pengaduan, konseling, rujukan, semi shelter, shelter, dan pasca shelter. Terdapat beberapa fasilitas rehabilitasi seperti rehabilitasi sosial, rehabilitasi hukum, rehabilitasi medis yang sesuai dengan tujuan dari penelitian.

C. Rumusan Masalah

Dengan mengacu kepada uraian latar belakang masalah yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Bagaimana Tahap-Tahap Konseling Individu yang diberikan konselor dalam usahanya meningkatkan resiliensi korban kekerasan dalam rumah tangga di Pusat Pelayanan Perempuan dan Anak Korban Kekerasan (P2TPAKK) Rekso Dyah Utami Yogyakarta?”.

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut di atas, maka tujuan penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut untuk mengetahui, mendeskripsikan, dan menganalisis tahap-tahap konseling individu dalam meningkatkan resiliensi

korban kekerasan dalam rumah tangga di Pusat Pelayanan Perempuan dan Anak Korban Kekerasan (P2TPAKK) Rekso Dyah Utami Yogyakarta.

E. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penulis sebagai berikut:

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini dapat untuk menambah ilmu khususnya tentang konseling islam dengan konseling individu yang digunakan di Pusat Pelayanan Perempuan dan Anak Korban Kekerasan (P2TPAKK) Rekso Dyah Utami Yogyakarta dalam pendampingan korban kekerasan dalam rumah tangga. Sehingga dapat menjadi referensi guna dalam penyelenggaraan layanan bimbingan dan konseling.

b. Manfaat Praktik

Penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi sumber-sumber informasi yang realitas dikalangan masyarakat serta bagi diri penulis dan pengembangan ilmu pengetahuan dibidang studi Bimbingan Konseling Islam di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

- a. Bagi korban kekerasan dalam rumah tangga, penelitian ini sebagai salah satu sumber informasi mengenai cara penerapan konseling individu untuk meningkatkan resiliensi
- b. Bagi keluarga korban, penelitian ini sebagai acuan cara dalam penanganan kekerasan dalam rumah tangga

- c. Bagi Lembaga, penelitian ini untuk memberikan informasi mengenai peran dan fungsi Pusat Pelayanan Korban Kekerasan Perempuan dan Anak (P2TPAKK) Rekso Dyah Utami dalam penanganan kekerasan dalam rumah tangga
- d. Bagi penelitian selanjutnya, penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian yang akan datang.

F. Kajian Pustaka

Kajian pustaka menjadi dasar pemikiran dan referensi dalam penyusunan penelitian. Kajian pustaka yang berhubungan dengan konseling individu yang telah didapatkan peneliti yaitu

1. Penelitian yang dilakukan oleh Nurhayani, Wahyu, Rindi Antika, Fuji Ayda Lestari Saragih, Monica Febi Patricia Putri yang berjudul "*Layanan Konseling Individu dalam Mengembangkan Asertifitas pada Anak Korban KDRT di Desa Karya Jadi Kecamatan Batang Serangan Kabupaten Langkat*".¹⁵ Tujuan penelitian ini adalah untuk memberikan rasa aman kepada korban sehingga mampu menyampaikan apa yang terjadi kepada korban serta membantu korban secara fisik dan psikis agar korban dapat Kembali bersosialisasi kembali. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan diteliti oleh peneliti adalah metode yang digunakan dalam penelitian ini yakni metode pendekatan kualitatif deskriptif dengan menggunakan wawancara dan observasi kemudian menggunakan teknik

¹⁵ Rindi Antika, Fuji Ayda, dan Lestari Saragih, "Layanan konseling individu dalam mengembangkan asertifitas pada anak korban KDRT di Desa Karya Jadi Kecamatan Batang Serangan Kabupaten Langkat," *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7.1 (2023), 1961–65.

analisis dengan reduksi data. Pembahasan isi penelitian ini sesuai dengan fokus penelitian yang akan diteliti oleh peneliti mengenai bagaimana peran konseling individu dalam menanggulangi korban kekerasan dalam rumah tangga. Setelah dilakukannya konseling individu yang diberikan kepada anak korban kekerasan dalam rumah tangga, mereka mendapatkan pemahaman dan penyelesaian masalah sehingga korban dapat mengembangkan kemampuannya dalam menyampaikan mengenai apa yang dipikirkan dan dirasakan kepada orang lain.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Intan Sholihat dan Jaja Suteja yang berjudul “ *Layanan Konseling Individu dalam Menangani Korban Kekerasan Seksual Remaja di LSM WCC Mawar Balqis Cirebon*”.¹⁶ Tujuan penelitiannya adalah untuk menunjukkan bahwa konseling individu dapat dilakukan sebagai upaya untuk penggalan informasi kasus korban. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yakni metode pendekatan kualitatif dengan pengambilan sample menggunakan teknik *purposive sampling*. Persamaan penelitian ini dengan penelitian penulis yaitu dari metode penelitian yang sama kualitatif serta subjek yang sama sebagai korban kekerasan dalam rumah tangga. Penelitian ini memiliki kesamaan mengenai konseling individu sebagai wadah untuk menggali informasi terhadap peristiwa yang dialami oleh korban. Konseling individu sebagai

¹⁶ I Sholihat and J Suteja, ‘Layanan Konseling Individu Dalam Menangani Korban Kekerasan Seksual Remaja Di LSM WCC Mawar Balqis Cirebon’, *Prophetic: Professional, Empathy* ..., 5.2 (2022)hlm. 135–48
<<https://www.jurnal.syekhnurjati.ac.id/index.php/prophetic/article/view/12783%0Ahttps://www.jurnal.syekhnurjati.ac.id/index.php/prophetic/article/download/12783/4949>>.

tempat korban untuk mencurahkan isi hati serta sebagai pemetaan kasus korban kekerasan dalam rumah tangga.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Anisa Putri yang berjudul “*Layanan Konseling Individual dalam Mengatasi Stres Pada Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) di Balai Rehabilitasi Sosial Watunas Mulya Jaya Jakarta*”.¹⁷ Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hasil dari konseling individual dalam mengatasi stres pada korban kekerasan dalam rumah tangga. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yakni metode pendekatan kualitatif deskriptif dengan menggunakan teknik pengumpulan data melalui wawancara dan dokumentasi. Persamaan dalam penelitian ini sama-sama membahas terkait konseling individu terhadap korban kekerasan dalam rumah tangga. Dalam penelitian ini juga menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara dan dokumentasi. Penelitian ini juga menggunakan konseling individu sebagai wadah untuk memberikan rasa aman dan nyaman kepada korban sehingga dapat menghilangkan stres pada korban kekerasan dalam rumah tangga. Setelah dilakukan konseling individu, korban menunjukkan perubahan yang positif.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Tyssa Adhana yang berjudul “*Konseling Individu Untuk Mengatasi Kecemasan pada Perempuan korban Kekerasan*”

¹⁷ A Putri, *Layanan Konseling Individual dalam Mengatasi Stres pada Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) di Balai Rehabilitasi Sosial Watunas Mulya Jaya ...*, Repository.Uinjkt.Ac.Id, 2022
<[https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/61921%0Ahttps://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/61921/1/ANISA PUTRI-FDK.pdf](https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/61921%0Ahttps://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/61921/1/ANISA%20PUTRI-FDK.pdf)>.

Seksual di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak Kabupaten Sleman”.¹⁸ Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi dan wawancara. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan rasa aman kepada korban sehingga korban dapat menyampaikan peristiwa dan perasaannya. Setelah melakukan konseling individu, kecemasan dalam diri korban dapat berkurang secara signifikan. Kunci dari keberhasilan konseling individu yang dilakukan oleh konselor yaitu adanya hubungan serta kepercayaan diri korban kepada konselor sehingga korban dapat mengendalikan emosinya dengan baik.

Dari pemaparan kajian pustaka berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang membahas konseling individu dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat beberapa persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu mengenai konseling individu. Konseling individu pada dasarnya merupakan sebuah layanan yang berguna untuk membantu pengentasan masalah pribadi klien. Sedangkan perbedaan penelitian yang akan diteliti dengan penelitian terdahulu adalah fokus dan tujuan penelitian ini berhubungan dengan kemampuan meningkatkan resiliensi serta lokasi penelitian yang berbeda dari penelitian terdahulu.

¹⁸ Tyssa Adhana et al., “Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan,” 2022. 2022. *Konseling Individu Untuk Mengatasi Kecemasan pada Perempuan korban Kekerasan Seksual di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak Kabupaten Sleman*, Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.

G. Kajian Teori

1. Tinjauan Tentang Konseling Individu

a. Pengertian Konseling Individu

Kata konseling berasal dari kata “*counsel*” yang diambil dari bahasa latin “*counselium*” yang memiliki arti bersama atau berbicara bersama. Berbicara dalam kata *counsel* yaitu pembicaraan antara konselor dengan seseorang klien.¹⁹ Kegiatan konseling individu sejak awal gerakannya sudah diidentifikasi sebagai gerakan yang aktifitasnya berfungsi secara efektif. Konseling merupakan aktifitas berupa pemberian nasehat, mendorong, memberi informasi, mengintepretasi hasil tes, dan analisa psikologi. Konseling menurut English & English (dalam Willis) adalah suatu hubungan antara seseorang dengan orang lain, di mana seseorang berusaha untuk membantu individu lain untuk memahami masalah serta dapat memecahkan masalahnya dalam rangka penyesuaian dirinya. Dalam era global dan pembangunan, pengertian konseling lebih menekankan pada pengembangan potensi individu yang terkandung didalam diri individu, potensi tersebut termasuk aspek intelektual, afektif, sosial, emosional, dan religius.²⁰ Konseling menurut Milton E. Hahn (dalam Willis) merupakan suatu prose yang terjadi dalam hubungan seorang dengan seorang yaitu individu yang mengalami masalah yang tidak dapat diatasinya, dengan seorang petugas professional yang telah memperoleh

¹⁹ Pihasnawati Psi., A.M, *Dasar Dasar Intervensi Individu Konseling dan Psikoterapi* (Yogyakarta: Kurnia Global Diagnostika, 2015). Hlm 13

²⁰ Sofyan S. Willis, *KONSELING INDIVIDU TEORI Dan Praktek* (Bandung: Alfabeta,cv, 2017).

Latihan dan pengalaman untuk membantu agar klien mampu memecahkan masalah.²¹ Sedangkan menurut Shertzer dan Stone (dalam Willis) konseling memiliki definisi suatu hal yang umumnya bersifat kognitif, afektif, dan behavioral. Sehingga semua definisi mencerminkan relasi *dyadic* yaitu hubungan seseorang dengan seseorang, beragam tempat, beragam klien, dan beragam materi serta tujuan.²² Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa konseling individu merupakan suatu aktifitas yang dilakukan oleh dua orang untuk membantu memecahkan masalah sesuai dengan aspek intelektual, emosional, sosial, religius, dan afektif. Konseling individu memiliki makna yaitu sebuah proses yang mempertemukan antara konselor dengan konseli yang dilakukan secara individual yang didalamnya terjadi hubungan berupa raport atau pendekatan diri. Konselor berusaha memberikan bantuan untuk konseli untuk mengembangkan dirinya sehingga dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapinya.

Proses konseling dimulai ketika konselor mulai membangun kepercayaan diri konseli dengan menciptakan rasa nyaman dan aman pada diri konseli. Konselor akan memberikan ketulusan, penghargaan kepada konseli, pemahaman empati untuk mensukseskan proses konseling. Dalam hubungan konseling, seorang konselor tidak memulai konseling dengan membahas kelemahan, masalah, atau kesulitan konseli. Konseling dimulai

²¹ *Ibid*, hlm.18

²² *Ibid*, hlm. 18

dengan membahas hal-hal yang membahagiakan konseli. Hal ini akan memberikan dorongan kepada konseli untuk berbicara secara bebas dan penuh minat. Setiap konselor akan melaksanakan konseling sesuai dengan teori yang mereka kembangkan sendiri untuk mendukung suksesnya proses konseling. Konseling akan efektif ketika konselor memiliki keahlian yang tinggi serta memiliki watak kepribadian tertentu. Proses konseling akan berhasil saat konselor mulai menampilkan pemahaman, kehangatan, rasa kemanusiaan atau empati. Dan sikap-sikap positif terhadap manusia dan permasalahan individu.

b. Teknik Konseling individu

Proses konseling dapat berjalan dengan lancar apabila konselor dan konseli memiliki hubungan yang berjalan dengan baik. Seorang konselor menguasai teknik konseling merupakan hal mutlak. Sebab dalam proses pelaksanaan konseling teknik yang baik merupakan sebuah kunci keberhasilan untuk mencapai tujuan konseling. Seorang konselor harus mampu merespon konseli dengan teknik yang benar sesuai dengan keadaan konseli saat itu. Respon ini dapat berupa respon verbal maupun non-verbal. Seorang konselor harus mampu mengusir segala masalah dalam diri dan harus menyadari bahwa dirinya memiliki masalah. Konselor yang terpengaruh oleh keadaan luar dirinya akan menghambat proses berjalannya konseling karena respon konseli tidak akan sesuai dengan harapan seperti konseli akan tertutup, tidak berpartisipasi atau tidak minat, dan dapat membatalkan sesi lanjutan konseling. Dengan

menguasai teknik-teknik konseling individu akan memudahkan konselor dalam menjalankan proses konseling. Sehingga seorang konselor perlu menguasai beberapa teknik dalam konseling yang membantu konselor dalam suksesnya konseling. Terdapat beberapa teknik konseling yang perlu dikuasai oleh konselor yaitu

1) Perilaku Attending

Teknik ini merupakan sebuah perilaku menghampiri konseli berupa bahasa tubuh yang mencakup kontak mata, bahasa badan, dan Bahasa lisan. Perilaku attending yang baik dapat meningkatkan harga diri konseli, menciptakan suasana aman bagi konseli, dan mempermudah ekspresi perasaan konseli dengan bebas. Terdapat beberapa contoh perilaku attending yang baik, yaitu

- a) Kepala melakukan anggukan apabila setuju dan menggeleng apabila tidak setuju
- b) Ekspresi wajah yang menunjukkan ketertarikan pada cerita konseli seperti tersenyum, tenang, dan ceria
- c) Posisi tubuh yang menunjukkan minat pada masalah yang dihadapi konseli seperti mencondongkan tubuh kedepan, jarak konselor dan konseli yang agak dekat, duduk akrab berhadapan atau berdampingan.
- d) Tangan atau variasi gerakan tangan yang berubah-ubah dapat digunakan sebagai isyarat atau menekankan ucapan

e) Mendengarkan secara aktif penuh perhatian serta perhatian terarah kepada konseli²³.

2) Empati

Empati adalah kemampuan yang harus dimiliki konselor karena empati merupakan kemampuan untuk merasakan apa yang dirasakan oleh konseli, merasa dan berpikir bersama konseli. Empati memiliki dua macam jenis (1) empati primer yaitu empati yang hanya memahami perasaan, pikiran, dan keinginan yang bertujuan agar konseli lebih terbuka kepada konselor; (2) empati tingkat tinggi yaitu pemahaman konselor terhadap perasaan, pikiran, keinginan konseli secara mendalam karena konselor ikut dengan perasaan tersebut yang bertujuan untuk membuat konseli tersentuh dan terbuka mengemukakan isi yang terdapat dalam lubuk hati konseli termasuk penderitaan yang dialami oleh konseli.

3) Refleksi

Refleksi merupakan keterampilan yang harus dimiliki oleh konselor untuk memantulkan kembali kepada konseli mengenai perasaan, pikiran, serta pengalaman konseli sebagai hasil dari pengamatan konselor mengenai perilaku verbal dan non-verbal yang ditunjukkan oleh konseli. Terdapat tiga jenis refleksi, yaitu

a) Refleksi Perasaan

²³ *Ibid*, hlm 160

Keterampilan konselor dalam merefleksikan perasaan konseli sebagai pengamatan verbal dan non-verbal.

b) Refleksi Pengalaman

Konselor memiliki keterampilan untuk memantulkan pengalaman-pengalaman yang dimiliki oleh konseli sebagai hasil pengamatan perilaku verbal dan non-verbal konseli.

c) Refleksi Pikiran

Konselor memiliki keterampilan untuk memantulkan ide, pikiran, dan pendapat konseli sebagai hasil pengamatan perilaku verbal dan non-verbal dari konseli.

4) Eksplorasi

Eksplorasi merupakan suatu keterampilan yang dimiliki oleh konselor untuk menggali keterampilan, perasaan, dan pikiran konseli. Teknik ini perlu dikuasai oleh konselor karena tidak semua konseli dapat menceritakan apa yang mereka rasakan dan alami secara langsung atau terus terang. Teknik ini dapat membuat konseli untuk berbicara secara bebas tanpa adanya rasa takut, tertekan, dan terancam.²⁴ Eksplorasi memiliki tiga jenis dalam konseling, yaitu

a) Eksplorasi Perasaan

Keterampilan seorang konselor dalam menggali perasaan yang disimpan oleh konseli.

b) Eksplorasi Pengalaman

²⁴ *Ibid*, hlm 163

Keterampilan yang dimiliki oleh konselor untuk menggali pengalaman yang telah dilalui oleh konseli.

c) Eksplorasi Pikiran

Konselor memiliki keterampilan untuk menggali ide, pikiran, dan pendapat konseli.

5) Kehangatan

Teknik ini digunakan oleh konselor untuk memudahkan konseli dalam memahami ide, perasaan, serta pengalamannya. Konselor akan menangkap pesan yang diberikan oleh konseli dan menyatakan kembali dengan Bahasa yang sederhana sehingga akan mudah dipahami oleh konseli. Teknik ini biasanya disebut dengan *paraphrase* yang bertujuan untuk menyatakan kembali inti dari ungkapan konseli.

6) Bertanya untuk Membuka Percakapan

Konselor dapat menggunakan pertanyaan *open-ended* yang akan memunculkan pertanyaan-pertanyaan baru dari konseli. Pertanyaan terbuka dapat diawali dengan kata “apakah” “bagaimana” “adakah” “bolehkah” dan “dapatkah”.

7) Bertanya Tertutup

Bentuk dari pertanyaan tertutup yaitu apakah dan adakah. Pertanyaan tertutup merupakan pertanyaan yang hanya membutuhkan jawaban ya atau tidak. Tujuan dari pertanyaan ini adalah: (1) untuk mengumpulkan informasi; (2) untuk memperjelas suatu hal; (3) untuk

menghentikan cerita konseli yang mulai keluar dari topik pembicaraan.

8) Dorongan Minimal

Konselor dalam teknik ini berupaya untuk membuat konseli selalu terlibat dalam pembicaraan dan dirinya terbuka dalam bercerita. Dorongan minimal merupakan dorongan singkat dan langsung yang diberikan konselor kepada konseli terhadap apa yang telah dikatakan konseli. Teknik dorongan minimal memiliki tujuan untuk membuat konseli terus berbicara dan mengarahkan agar pembicaraan konseli mencapai tujuan dari adanya konseling.²⁵ Dorongan minimal dilakukan saat konseli terlihat akan mengurangi atau menghentikan pembicaraan, kurang memusatkan atau fokus pada pembicaraan, dan ketika konselor ragu dengan pembicaraan konseli. Dorongan minimal digunakan untuk meningkatkan eksplorasi diri.

9) Interpretasi

Teknik ini merupakan suatu upaya untuk mengulas pemikiran, perasaan, dan perilaku atau pengalaman konseli yang merujuk pada teori. Tujuan dari teknik interpretasi untuk memberikan rujukan, pandangan, dan perilaku konseli agar konseli memahami dan berubah melalui pemikiran konseli yang baru.

²⁵ *Ibid*, hlm 166

10) Mengarahkan

Teknik ini merupakan teknik untuk mengajak konseli berpartisipasi penuh dalam proses konseling. Kemampuan mengarahkan merupakan keterampilan untuk mengatakan kepada konseli agar berbuat sesuatu hal.

11) Menyimpulkan sementara

Teknik ini digunakan oleh konselor agar pembicaraan dapat berkembang pada setiap sesi. Teknik perlu dilakukan oleh konselor agar konseli memiliki pemahaman mengenai keputusannya dan bertanggung jawab. Konselor akan menyimpulkan pembicaraan sesuai dengan feeling konselor. Tujuan dari menyimpulkan sementara adalah memberikan kesempatan kepada konseli untuk mengingat peristiwa atau pengalamannya kembali, menyimpulkan kemajuan dari pembicaraan, meningkatkan kualitas diskusi, dan mempertajam serta memperjelas fokus konseling.

12) Memimpin

Konselor perlu memimpin proses pembicaraan konseli agar pembicaraan konseli tidak menyimpang sehingga tercapai tujuan dari konseling.

13) Fokus

Konselor perlu memiliki kemampuan untuk membuat konseli fokus terhadap apa yang konseli bicarakan. Terdapat beberapa fokus yang dapat dilakukan oleh konselor²⁶

- a) Fokus pada diri sendiri
- b) Fokus pada orang lain
- c) Fokus pada topik
- d) Fokus mengenai budaya

14) Konfrontasi

Konfrontasi merupakan teknik konseling yang menentang ucapan konseli yang tidak konsisten dengan Bahasa tubuh. Tujuan dari teknik ini antara lain (1) untuk mendorong konseli agar lebih jujur; (2) meningkatkan potensi konseli; (3) membawa konseli agar lebih sadar atau kontradiksi dalam dirinya. Konselor harus melakukan konfrontasi dengan teliti dengan tidak menyalahkan, empati, tepat waktu.

15) Menjernihkan

Teknik ini digunakan untuk menjernihkan ucapan-ucapan dari konseli yang samar-samar atau ragu dalam penyampaiannya.

²⁶ *Ibid*, hlm 168

16) Memudahkan

Teknik memudahkan merupakan teknik untuk konselor membuka komunikasi sehingga konseli akan mudah berbicara dan menyatakan perasaan, pikiran, dan pengalamannya secara bebas kepada konselor.

17) Diam

Diam merupakan salah satu teknik yang penting dalam proses konseling. Dalam teknik diam, konselor melakukan komunikasi melalui perilaku non-verbal yang dilanjutkan dengan dorongan minimal. Teknik diam memiliki beberapa tujuan (1) menunggu konseli saat berpikir; (2) sebagai bentuk protes konselor ketika konseli berbicara berbelit-belit; (3) mendukung perilaku *attending* dan empati untuk konseli berbicara bebas.²⁷

18) Mengambil inisiatif

Teknik ini perlu dilakukan oleh konselor ketika konselor melihat konseli mulai kurang bersemangat untuk bercerita dan kurang berpartisipasi. Tujuan dari konselor melakukan teknik ini adalah (1) mengambil tindakan ketika konseli tidak bersemangat; (2) mengambil inisiatif ketika konseli lambat dalam mengambil keputusan; (3) mengambil inisiatif ketika konseli kehilangan arah pembicaraan.

²⁷ *Ibid*, hlm 170

19) Memberi nasehat

Konselor memiliki tugas untuk membantu konseli dalam menyelesaikan permasalahan yang konseli hadapi. Pemberian nasihat kepada konseli dilakukan ketika konseli meminta kepada konselor dengan mempertimbangkan apakah pantas memberikan nasihat atau tidak. Hal ini dilakukan agar tujuan konseling yaitu kemandirian dapat tercapai.

20) Pemberian Informasi

Pemberian informasi sama dengan pemberian nasihat kepada konseli. Apabila konselor tidak memiliki informasi yang dapat diberikan kepada konseli maka konselor harus jujur mengatakan agar konseli mengetahui hal tersebut. Namun, apabila konselor memiliki informasi konselor tetap mengupayakan agar konseli mengusahakan mendapatkan informasi.

21) Merencanakan

Sebelum berakhirnya sesi konseli, konselor harus membantu konseli untuk memiliki rancangan kedepannya. Rencana yang dimiliki oleh konseli dapat berupa program yang harus konseli lakukan dan perbuatan nyata yang produktif.

22) Menyimpulkan

Setelah konseli dapat merencanakan rancangan kedepan, konselor dapat menyimpulkan hasil pembicaraan mengenai (1) perasaan konseli saat ini mengenai kecemasan sebelumnya; (2) memantapkan

rencana konseli; (3) pokok-pokok yang akan dibicarakan untuk sesi berikutnya.²⁸

c. Proses Konseling

Proses konseling dapat terlaksana dengan baik karena hubungan antara konselor dan konseli berjalan dengan baik. Proses konseling membutuhkan keterampilan khusus yang dimiliki konselor. Konselor yang tidak dapat mengaplikasikan keterampilannya akan menjadikan proses konseling suatu kegiatan yang membosankan bagi konseli. Bahwasannya proses konseling dan tahapan konseling merupakan pengertian yang sama yang menjelaskan bagaimana proses konseling individu tersebut.

1. Tahap Awal Konseling

Pada tahap ini konseli akan menemui konselor dengan tujuan untuk menyelesaikan permasalahan yang konseli hadapi.

a) Membangun hubungan dengan klien

Hubungan konseli dan konselor pada tahap ini yaitu *a working relationship* atau hubungan yang berfungsi, bermakna, dan bermanfaat. Proses konseling yang berawal dari tahap awal hingga akhir akan berhasil apabila tahap awal ini berhasil dilakukan oleh konselor dan konseli. Tahap awal dapat berhasil karena keterbukaan dari konselor, keterbukaan konseli mengenai perasaan, isi hati, dan harapan yang disampaikan secara jujur, dan konselor melibatkan konseli dalam setiap proses konseling.

²⁸ *Ibid*, hlm 172

b) Memperjelas dan mendefinisikan masalah

Konseli yang dapat melibatkan diri dalam proses konseling merupakan bentuk kerjasama antara konseli dan konselor akan dapat mengangkat isu dan kepedulian pada konseli. Konselor memiliki peran penting untuk membantu menjelaskan mengenai gejala-gejala yang dialami konseli dan membantu konseli dalam memahami potensi, sehingga konseli dapat mengembangkan potensinya, memperjelas masalah yang dihadapi konseli, dan membantu konseli dalam mendefinisikan masalah bersama dengan konselor.

c) Membuat penaksiran dan penjajakan

Konselor pada tahap ini dapat mulai merencanakan bantuan apa yang akan diberikan kepada konseli. Konselor akan membangkitkan atau memunculkan semua potensi konseli serta menentukan alternatif penyelesaian masalah yang sesuai.

d) Menegosiasi kontrak

Kegiatan ini dilakukan untuk membuat proses konseling lebih terencana dan efektif. Terdapat dua kontrak yang harus konseli ketahui yaitu kontak waktu dan kontrak tugas. Kontrak yang dilakukan dapat menggariskan kegiatan konseling yang akan dilakukan. Kontrak dapat menjadi bentuk kerja sama konseli dalam proses konseling dan wujud tanggung jawab konseli.²⁹

²⁹ *Ibid*, hlm 52

2. Tahap Pertengahan (Tahap Kerja)

Pada tahap pertengahan atau tahap inti ini, konselor memiliki tugas untuk memfokuskan pada penjelajahan masalah konseli dan bantuan apa yang akan diberikan pada permasalahan konseli. Pada tahap ini konseli akan menyelesaikan permasalahannya sesuai dengan bantuan yang diberikan oleh konselor dengan melakukan pendekatan yang dikuasai konselor. Terdapat beberapa tujuan dari tahap kerja ini yaitu

a) Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah

Konselor pada tahap ini berupaya untuk membangun perspektif baru pada masalah konseli. Konselor akan mengadakan penilaian kembali terhadap masalah konseli bersama dengan konseli. Apabila konseli akan mendapatkan persepektif baru apabila terlibat dan terbuka.

b) Menjaga hubungan dengan konseli

Mengembangkan hubungan konseling merupakan upaya konselor dalam meningkatkan keterlibatan dan keterbukaan konseli sehingga akan memperlancar proses konseling dan tercapainya tujuan konseling. Hubungan konseling terjadi dalam suasana keakraban antara konselor dan konseli sehingga akan mengurangi kecemasan dan memecahkan masalah konseli. Hal ini dapat terjadi apabila konseli memperlihatkan kebutuhan untuk mengembangkan potensi dan memecahkan masalah serta konselor

memelihara keramahan, empati, kejujuran, dan keikhlasan dalam memberikan bantuan dalam proses konseling.

c) Proses konseling berjalan sesuai kontrak

Sebelum dilaksanakannya konseling konselor wajib memberikan kontrak mengenai tugas dan waktu kepada konseli. Kontrak yang diberikan merupakan tanggung jawab dari konselor dan konseli. Kontrak tugas diberikan kepada konseli agar konseli dapat terbuka dan menggali lebih dalam masalahnya sehingga konselor mampu memberikan alternatif bantuan yang sesuai dengan masalah konseli, sehingga tercapainya tujuan dari proses konseling.

3. Tahap Akhir

Tahap akhir merupakan tahap pengakhiran dari proses konseling. Pada tahap akhir konseli cenderung telah memiliki perspektif baru pada masalahnya. Tahap akhir ditandai dengan beberapa hal yaitu

- a) Tingkat kecemasan pada diri konseli menurun
- b) Perubahan perilaku konseli menjadi lebih positif, sehat, dan dinamik
- c) Memiliki rencana hidup dan program yang jelas
- d) Adanya perubahan sikap yang positif atau mulai mengoreksi diri sehingga konseli lebih percaya diri dan memiliki pikiran yang realistis.

Setelah semua tanda tahap akhir telah terpenuhi kemudian konselor melakukan evaluasi. Evaluasi terdiri dari beberapa hal yaitu (1) menilai rencana perilaku yang telah dibuat konseli; (2) konseli menilai perubahan yang telah terjadi; (3) menilai proses dan tujuan konseling.³⁰

d) Tujuan Konseling Individu

Konseling individu diberikan kepada konseli memiliki tujuan untuk membantu konseli dalam menyelesaikan permasalahan yang sedang mereka hadapi. Konseling individu dalam meningkatkan resiliensi menekankan pada tumbuhnya resiliensi atau upaya yang dilakukan oleh konseli untuk bertahan hidup atau menyesuaikan diri setelah trauma.

Adapun yang menjadi tujuannya yaitu

- a) Berpikir realistis terhadap kondisi yang saat ini konseli hadapi bahwa trauma merupakan bagian dari hidup konseli
- b) Membangun dan menjaga kesehatan mental karena dengan memiliki kesehatan mental yang sehat, konseli dapat menyesuaikan diri dan memenuhi
- c) Memperlajari keterampilan baru untuk mengatasi trauma
- d) Membelajarkan konseli untuk mencegah timbulnya masalah baru
- e) Mengubah perilaku negative menjadi positif
- f) Mengubah cara pandang konseli terhadap masalah dan trauma yang dihadapi.

³⁰ *Ibid*, hlm 54

2. Tinjauan Tentang Resiliensi

a. Pengertian Resiliensi

Resiliensi merupakan kapasitas dalam mempertahankan kemampuan, untuk berfungsi secara kompeten dalam menghadapi berbagai stressor kehidupan. Grothberg dalam buku Sri Mulyani Nasution mendefinisikan resiliensi merupakan kemampuan individu untuk menghadapi, mengatasi, mendapatkan kekuatan serta mampu mencapai transformasi diri setelah mengalami *adversity*.³¹ Resiliensi merupakan suatu proses adaptasi dalam menghadapi trauma, kesulitan, suatu tragedi, dan ancaman yang membuat individu mengalami stres.³² Resiliensi merupakan sebuah bentuk penyesuaian dari suatu kejadian terhadap masalah yang terjadi dalam kehidupan. Resiliensi menurut *American Psychological Association (APA)* yaitu cara penyesuaian diri individu dalam menangani kondisi yang dapat menimbulkan trauma, ancaman, dan kepedihan, serta sumber yang menyebabkan stress.³³ Resiliensi merupakan ketahanan diri dalam menghadapi cobaan dan merespon dengan baik kondisi yang merugikan dirinya, serta menguatkan diri dengan tuntutan dan kekecewaan. Resiliensi membantu individu untuk menerima segala tekanan dan bangkit dari kegagalan yang dibersamai dengan optimism dapat menyelesaikan tekanan tersebut.

³¹ Nasution Sri Mulyani, *Resiliensi Daya Pegas Menghadapi Trauma Kehidupan* (Medan: Medan USU Press, 2011).

³² Nashori dan Saputro. *Psikologi Resiliensi* (Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2021), hlm. 11

³³ Reyza Hamidi, Skripsi: “*Hubungan Optimisme dan Resiliensi Pada Mahasiswa yang Menempuh Skripsi*”, Universitas Muhammadiyah Malang Fakultas Psikologi (2017), 5.

Resiliensi menurut Reivich dan Shatte (dalam Sri Mulyani Nasution, 2011) yaitu sebuah mindset yang membuat individu mencari pengalaman dan memandang hidupnya sebagai sebuah proses perjalanan.³⁴ Kunci dari resiliensi yang dimiliki oleh individu yaitu kemampuan untuk mengenali pikirannya sendiri, memanfaatkan kekuatan untuk meningkatkan keakuratan sehingga mampu mengatur emosional dan tingkah lakunya dengan baik. Hambatan individu dalam meningkatkan resiliensi dalam dirinya yaitu karena individu yang tidak yakin akan kesempatan untuk berdamai dengan *adversity* tersebut individu yang kurang memiliki resiliensi cenderung memiliki hubungan yang kurang dekat dengan orang lain sehingga membuat dirinya kesulitan berbagi pengalaman. Hubungan yang kurang dekat tersebut dapat menghambat kesembuhan individu. Dampak dari peristiwa traumatis menyebabkan korban menjadi rentan. Perasaan tersebut dapat dibangun dengan hubungan orang lain. Individu yang memiliki resiliensi memiliki tiga karakteristik yaitu (1) mereka mengambil tindakan tambahan untuk berdamai dengan dirinya; (2) memiliki keyakinan yang kuat untuk mengontrol pencapaian dalam hidup; (3) memiliki hubungan baik dengan orang lain untuk membantu menyembuhkan luka mereka

Dari paparan di atas dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan kemampuan yang dihasilkan dalam diri individu sehingga mampu membuat diri individu menyesuaikan dirinya ketika dihadapkan pada

³⁴ Mulyani. Hlm 3

situasi yang tidak menyenangkan atau kondisi yang menyulitkan individu yang melibatkan faktor sosial yang mencerminkan kekuatan atau ketangguhan individu untuk bangkit. Individu yang memiliki resiliensi mereka akan mencari pengalaman untuk memberikan tantangan pada dirinya dan memahami bahwa kegagalan bukan akhir dari kehidupan mereka.

b. Faktor-Faktor Terbentuknya Resiliensi

Seseorang yang mengalami peristiwa yang menyengsarakan hidup akan berada dalam belenggu trauma. Kondisi ini apabila terjadi secara terus-menerus akan menghambat keberlangsungan hidup di masa yang akan datang. Kondisi tersebut dapat membuat apabila individu memiliki resiliensi didalam hidupnya. Secara global resiliensi dipengaruhi oleh dua hal, yaitu kemampuan adaptasi dan besarnya resiko yang dialami oleh korban. Faktor resiliensi dikelompokkan menjadi tiga, yaitu

1) *I Have*

Memiliki satu atau anggota keluarga yang dapat dipercaya dan individu merasa dicintai oleh orang tersebut. Korban perlu memiliki role models sebagai orang yang dapat menunjukkan apa yang harus individu lakukan, memberikan informasi kepada individu dan memberikan cinta kepada individu. Setiap individu membutuhkan cinta dan dukungan dari orang lain yang dianggap mampu memberikan hal tersebut.

2) *Inner Sterght (I am)*

Faktor ini merupakan factor yang dimiliki oleh individu untuk berkembang seperti kepercayaan diri, optimis, disukai banyak orang, memiliki keinginan untuk berprestasi, dan empati. Faktor pada Iam dibagi menjadi beberapa faktor, yaitu

a) Bangga terhadap diri sendiri

Individu memiliki rasa bangga kepada dirinya dan menyadari bahwa dirinya merupakan orang yang penting sehingga tidak seharusnya merasa rendah diri. Faktor ini menyadari bahwa dirinya tidak pantas untuk diremehkan, sehingga individu harus bertahan untuk menyelesaikan permasalahannya dengan kepercayaan diri.

b) Perasaan dicintai dan menarik

Pada faktor ini individu dapat mengatur sikap dengan baik ketika mendapatkan respon yang berbeda. Individu akan bersikap baik kepada orang yang baik dan mencintainya serta mampu membedakan mana yang baik dan salah untuk ikut didalamnya.

c) Mencintai, Empati, Altruistic

Individu yang mencintai orang lain akan lebih peduli terhadap orang yang dicintainya. Individu akan merasa sengsara dan tidak nyaman ketika orang yang dicintainya menderita, sehingga individu berusaha menghentikan penderitaan tersebut.

d) Mandiri dan Bertanggung Jawab pada Tanggung Jawabnya

Setiap manusia memiliki tanggung jawab yang harus dipenuhi sesuai dengan firman Allah pada surah Al-Mudatsir ayat 38 yang berbunyi “*Setiap orang bertanggung jawab terhadap apa yang dimilikinya*”.

Pada ayat tersebut menjelaskan bahwa setiap manusia memiliki kebebasan untuk memilih kebaikan atau mundur. Setiap manusia memiliki kebebasan, akan tetapi terdapat konsekuensi pada setiap pilihan yang mereka pilih. Sehingga individu perlu memiliki batasan-batasan terhadap apa yang dilakukannya.

3) *Problem Solving (I can)*

Faktor ini merupakan kemampuan menyelesaikan masalah dengan memunculkan ide-ide, menyelesaikan tugas, menggunakan hiburan untuk mencairkan suasana, mampu menyampaikan gagasan dan perasaan yang dimiliki, mampu menyelesaikan permasalahan mengenai akademik, pekerjaan, sosial, dan personal, dapat mengendalikan tingkah laku, mampu meminta bantuan kepada orang lain, dapat mengontrol emosi diri sendiri dan orang lain.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa orang yang beresiliensi memiliki tiga faktor yaitu di dalam dirinya. Apabila hanya ada satu

dari tiga faktor pada diri individu maka tidak dapat dikatakan beresiliensi.³⁵

c. Sifat- Sifat seseorang yang Resilien

Individu yang memiliki sifat resilien memiliki sifat umum dalam dirinya, seperti

1. *Social Competence* (kompetensi sosial)

Individu mampu memunculkan respon yang positif dengan orang lain atau menjaga hubungan positif dengan orang dewasa dan teman.

2. *Problem Solving Skills* (keterampilan memecahkan masalah)

Individu dapat merencanakan untuk mengatasi permasalahan diri sendiri dan mencari bantuan ke orang lain.

3. *Autonomy* (otonomi)

Mampu bertindak secara mandiri dan mengontrol lingkungan

4. *A Sense of Purpose and Future* (kesadaran akan tujuan dan masa depan)

Kesadaran akan tujuan dan ketekunan serta memiliki pandangan masa depan yang cemerlang.

d. Faktor- Faktor Resiliensi

Terdapat dua faktor yang dapat memengaruhi peningkatan resiliensi pada individu yang mengalami trauma

³⁵ Evita Yuliatul Wahidah, 'RESILIENSI PERSPEKTIF AL QURAN', 02.01 (2018), hlm 105–20.

1. Faktor Risiko

Faktor resiko merupakan faktor yang dapat menimbulkan efek secara langsung berupa perilaku maladaptif atau perilaku yang menyimpang. Faktor ini dapat membuat individu berada pada fase kegagalan ketika menghadapi suatu kondisi yang sulit. Faktor resiko dapat berasal dari diri sendiri maupun keluarga.

2. Faktor Protektif

Faktor lingkungan dapat meningkatkan kemampuan individu dalam mengatasi kemalangan yang menimpa dirinya. Faktor ini mengarahkan individu dalam memperbaiki keadaan setelah individu mengalami kemalangan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa individu dapat dikatakan memiliki resiliensi ketika individu dapat mengubah efek negative menjadi positif dan meminimalisir faktor resiko.

e. Resiliensi Dalam Perspektif Islam

Resiliensi merupakan kemampuan atau kapasitas seseorang, kelompok, atau masyarakat untuk menghilangkan dampak-dampak yang merugikan kondisi individu atau mengubah kondisi tubuh yang menyengsarakan menjadi kondisi yang lebih baik. Al-qur'an merupakan kitab pedoman hidup umat muslim yang didalamnya berisi aturan hidup manusia secara lengkap. Pembahasan resiliensi dalam Al-qur'an telah dijelaskan dalam oleh Allah SWT. Dalam firman Allah yang berbunyi

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ
حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ

Artinya “ bagi manusia ada malaikat-malaikat yang mengikutinya secara bergiliran, dimuka dan dibelakangnya, mereka menjaganya karena perintah Allah, sesungguhnya Allah merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri, apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, maka tidak ada yang dapat menolaknya, dan tidak ada pelindung mereka selain itu” (QS Ar-Ra’d :11).

Resiliensi dalam islam wajib bagi umat muslim, seseorang yang memiliki resiliensi teruji keimanannya sebagai orang muslim. Manusia memiliki motivasi untuk memiliki ketahanan dalam menghadapi problem kehidupan. Orang yang sabar dan tabah dalam menghadapi problematika merupakan orang yang memiliki daya resiliensi. Dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan kemampuan individu untuk bangkit dalam menghadapi kesulitan yang dapat membuat individu stres atau menyengsarakan hidup individu. Dalam Al-qur’an terdapat ayat yang diulang oleh Allah sebanyak dua kali “bersama kesulitan ada kemudahan”, dengan kata lain semangat manusia untuk merenungkan bahwa setiap kesulitan, kesengsaraan, kemalangan, penderitaan merupakan pintu untuk menuju kebahagiaan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dalam setiap kesulitan manusia perlu berusaha untuk mendapatkan sisi positif yang dimanfaatkan sebagai peluang untuk keluar dari kesulitan tersebut. Islam mendorong manusia untuk menumbuhkan sikap sabar, tabah, dan optimis untuk segera bangkit dan menyelesaikan masalah sehingga dapat kembali ke kehidupan semula.

Manusia perlu memiliki motivasi bagi dirinya sendiri dalam mempertahankan kondisi fisik dan mental setelah mengalami peristiwa sulit karena pada dasarnya Allah memberikan cobaan kepada umatnya sesuai dengan kapasitas umatnya. Adanya cobaan yang diberikan oleh Allah merupakan wujud kasih sayang yang Allah berikan dengan memberikan tes keimanan. Seseorang yang memiliki rasa sabar dan tabah merupakan golongan orang-orang yang memiliki resilien dalam hidupnya.

3. Tinjauan Tentang Kekerasan Dalam Rumah Tangga

a. Pengertian KDRT

Kekerasan merupakan situasi yang kasar, menyakitkan, dan menimbulkan efek negative pada diri individu. Menurut Undang Undang Pasal 1 angka 15 a Nomor 35 Tahun 2014 kekerasan adalah setiap perbuatan terhadap anak yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, psikis, seksual, dan/atau penelantaran, termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum.³⁶ Kekerasan adalah proses berakar yang terjadi di dalam keluarga karena anak yang tumbuh berkembang dalam keluarga yang menggunakan kekerasan akan menjadi anak yang keras, kasar, dan kejam. Kekerasan menurut Undang-Undang Nomor 23 tahun 2004 merupakan setiap perbuatan terhadap seseorang terutama perempuan, yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, dan atau penelantaran rumah tangga

³⁶ Undang-Undang Nomor 34 Tahun 2014 tentang kekerasan

termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dalam lingkup rumah tangga.³⁷ Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) dalam UU PKDRT merupakan yang dilakukan terhadap seseorang terutama kepada perempuan yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis atau penelantaran atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dalam lingkup rumah tangga meliputi:

- a. Suami, istri, dan anak
- b. Orang-orang yang memiliki hubungan keluarga dengan orang sebagaimana dimaksud (hubungan darah, persusuan, perwalian, perkawinan, dan pengasuhan)
- c. Orang yang bekerja membantu rumah tangga dan menetap dalam rumah tangga tersebut.³⁸

Dalam kamus besar Bahasa Indonesia kekerasan merupakan suatu hal yang keras, atau suatu perbuatan seseorang yang menyebabkan cedera atau kematian atau menyebabkan kerusakan fisik karena adanya paksaan.³⁹ Kekerasan adalah wujud dari perbuatan yang menyebabkan luka, cacat, dan kematian pada orang lain yang di dalamnya mengandung unsur paksaan atau tidak adanya persetujuan dari pihak lain. Tindakan KDRT dapat terjadi di mana saja dan kapan saja. Ketika istri sedang menjalankan

³⁷ Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004 Tentang Kekerasan

³⁸ Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004 Pasal 2

³⁹ Sofia Hardani et al., *Perempuan Dalam Lingkup KDRT, Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 2016, VI.

perannya sebagai seorang istri, menjalankan perannya sebagai seorang ibu rumah tangga dalam mengasuh anak, menyediakan makanan dan pakaian setiap hari KDRT dapat terjadi bersamaan dengan mereka dalam melakukan peran tersebut. KDRT cenderung menjadi siklus yang berulang yang tidak disadari oleh pasangannya. Korban dan pelaku KDRT tidak menyadari akan siklus tersebut karena menganggap kekerasan fisik seperti memukul yang dilakukan oleh suami adalah hal wajar ketika suami lepas kontrol. Terdapat tiga siklus dalam KDRT, yaitu

a. Fase pertama

Pada fase ini terdapat ketegangan yang meningkat antara pelaku dan korban. Pelaku pada fase ini akan melakukan kekerasan secara non-verbal seperti memaki dan mengancam. Korban pada fase ini akan cenderung menenangkan pelaku, apabila hal tersebut tidak berhasil korban akan mendapatkan kekerasan kecil secara terus-menerus. Ketakutan yang terdapat pada diri korban akan menambah ketegangan antara pelaku dan korban.

b. Fase kedua

Pada fase ini ketegangan yang semakin bertambah akan meledak dan menjadi sebuah penganiyaan. Pelaku akan kehilangan kendali akan kontrol emosinya terhadap dirinya. Bentuk penganiyaan yang dilakukan kepada korban dapat berupa pukulan, tamparan, tendangan, dorongan, dan penganiyaan menggunakan benda tajam maupun benda tumpul.

c. Fase Ketiga

Fase yang terakhir disebut dengan fase bulan madu semua karena pelaku akan meminta maaf kepada korban dan akan kembali bermesraan seperti tidak pernah terjadi kekerasan. Pelaku akan memberikan janji-janji bahwa dirinya tidak akan mengulangi perbuatannya dikemudian hari. Apabila tidak adanya kesaaran secara utuh dari pelaku maka fase ini tidak akan bertahan lama dan akan kembali melakukan tindak KDRT.⁴⁰

Siklus dalam KDRT akan terjadi secara berulang yaitu cinta, harapan, dan ancaman.

- 1) Cinta: Rasa sayang dan cinta sehingga memaklumi perbuatan yang dilakukan oleh pelaku
- 2) Harapan: Berharap pelaku akan berubah menjadi lebih baik
- 3) Ancaman: Ancaman setiap saat akan dipukul, ditinggal, tidak dapat menjalani hidup sendirian tetapi ketakutan dan sakit hati atas perlakuan pasangannya.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa kekerasan dalam rumah tangga adalah perbuatan yang dilakukan seseorang terhadap orang lain yang memiliki dampak kepada orang lain berupa kesengsaraan atau penderitaan secara fisik maupun psikis, pemaksaan atau perampasan kemerdekaan secara sewenang-wenang atau penekanan secara ekonomis,

⁴⁰Sofia Hardani et al., VI. *Perempuan dalam Lingkup KDRT*, Jurnal Penelitian Guru Sekolah Dasar. 2016

yang terjadi dalam lingkup rumah tangga. Segala bentuk ancaman, cemooh, penghinaan, dan ucapan kasar merupakan sebuah tindakan kekerasan yang mengancam kebebasan individu.

b. Bentuk Bentuk KDRT

Bentuk KDRT dapat dibagi menjadi dua yaitu, berbentuk fisik dan non fisik (psikis). Dua bentuk kdrt tersebut dikelompokkan menjadi empat ranah berdasarkan perspektif kekuasaan dan kontrol pelaku sebagaimana tertuang dalam UU PKDRT.

a. Kekerasan psikis

Kekerasan psikis menurut Undang-Undang nomor 23 tahun 2004 pasal 7 merupakan perbuatan yang dapat mengakibatkan ketakutan, hilangnya kepercayaan diri pada korban, hilangnya kemampuan untuk bertindak, perasaan tidak berdaya, atau penderitaan pada psikis.⁴¹ Kekerasan ini melukai emosional korban sehingga dapat mengganggu kesehatan mental korban. Kekerasan psikis cenderung dilakukan secara verbal oleh pelaku dengan memberikan hinaan, celaan, makian, rasa cemburu yang berlebihan, manipulasi, serta menanamkan rasa takut pada diri korban.

b. Kekerasan Fisik

Kekerasan fisik merupakan perbuatan yang menyebabkan rasa sakit pada anggota tubuh, luka berat yang dilakukan dengan memukul, melempar, menampar, mencekik, dan sebagainya. Kekerasan fisik

⁴¹ Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004 Pasal 7

dapat menyebabkan kematian sesuai dengan tingkat kekerasan yang diberikan pelaku kepada korban.

c. Kekerasan Seksual

Kekerasan seksual merupakan segala perbuatan yang merendahkan, menghina, menyerang terhadap tubuh atau hasrat seksual, fungsi reproduksi secara paksa, yang membuat orang tersebut tidak dapat memberikan persetujuan dengan bebas karena terdapat ketimpangan kuasa atau gender yang mengakibatkan penderitaan secara fisik, psikis, seksual, ekonomi, sosial, budaya, dan politik.⁴²

Kekerasan seksual dalam rumah tangga meliputi 2 hal, yaitu

1. Memaksakan hubungan seksual terhadap anggota keluarga atau orang yang menetap dalam lingkup rumah tangga.
2. Memaksakan hubungan seksual dengan orang yang termasuk lingkup keluarga dengan orang lain dengan maksud tujuan tertentu.

d. Kekerasan Finansial

Kekerasan finansial atau penelantaran merupakan sebuah tindakan kekerasan dalam lingkup keluarga. Setiap anggota keluarga dilarang menelantarkan orang dalam keluarga karena mereka memiliki kewajiban memberikan kehidupan, memenuhi kebutuhan hidup, pemeliharaan anggota keluarga.⁴³ Salah satu contoh kekerasan

⁴² “Pasal 1 Rancangan Undang-Undang Penghapusan Kekerasan Seksual.”

⁴³ Moerti Hadiati, ‘Kekerasan Dalam Rumah Tangga Dalam Perspektif Hukum Pidana’, *Perspektif*, Vol 6, No 2, Hlm 82 <<https://doi.org/10.30742/perspektif.v6i2.525>>.

finansial yaitu melarang anggota keluarga untuk bekerja sehingga menyebabkan ketergantungan ekonomi atau menghilangkan hak seseorang untuk bekerja.

c. Faktor Faktor KDRT

Kekerasan dalam rumah tangga melibatkan korban dan pelaku diantara anggota keluarga. Korban dan pelaku dapat berasal dari strata apapun atau dapat menimpa siapa saja. Hal ini karena tindak kekerasan rumah tangga merupakan sebuah ledakan emosi yang dilakukan oleh pelaku. Penghapusan kekerasan dalam rumah tangga hingga saat ini belum memberikan hasil yang memuaskan karena perilaku tersebut dapat muncul karena terdapat berbagai masalah seperti ekonomi, sosial, dan politik. Salah satu yang menjadi faktor terjadinya KDRT yaitu kurangnya paham agama dalam keluarga atau semangat keagamaan dalam keluarga. Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan kekerasan dalam rumah tangga, yaitu

1. Faktor Individu

Faktor individu memiliki risiko lebih besar individu menjadi pelaku dari kekerasan dalam rumah tangga.

- a. Pemabuk atau kecanduan minuman beralkohol
- b. Tumbuh dan berkembang dalam keluarga yang sulit atau latar belakang keluarga yang keras
- c. Kesulitan dalam mengontrol emosi
- d. Kesulitan dalam mengungkapkan isi hati

- e. Mengalami tekanan dari berbagai pihak, seperti pekerjaan dan keluarga
2. Faktor Keluarga
 - a. Kurangnya kedekatan antar anggota keluarga
 - b. Sifat kehidupan keluarga inti bukan keluarga karsa
 - c. Kehidupan keluarga yang kacau, tidak adanya rasa saling mencintai, tidak adanya rasa menghargai pada peran wanita
 3. Faktor Masyarakat
 - a. Kemiskinan
 - b. Kesenjangan pendapatan antar masyarakat dan urbanisasi
 - c. Lingkungan dengan tingkat kekerasan tinggi
 4. Faktor Lain-lain
 - a. Budaya patriarki
 - b. Adanya himpitan ekonomi
 - c. Tekanan yang membuat stres yang membuat temperamental⁴⁴

Kasus KDRT saat ini semakin bertambah karena kdrt menjadi kasus yang ditutupi oleh korban dengan perspektif merupakan aib keluarga. Malu mengungkapkan kasus kekerasan dalam rumah tangga karena aib keluarga dan menggunakan alasan perasaan masih cinta merupakan hal yang kerap dirasakan korban kekerasan dalam rumah tangga di negara kita. Korban kekerasan dalam rumah tangga perlu diberikan pemahaman untuk

⁴⁴ M. Hadiati. *Kekerasan Dalam Rumah Tangga Dalam Perspektif Hukum Pidana*, Jurnal Litigasi Amsir, Vol 10, No 3, hlm 384-385

menyadari bahwa isi-isi pikiran mereka tidak benar Sebagian besar perempuan menjadi korban kekerasan dalam rumah tangga secara berkesinambungan karena perilaku tersebut terjadi secara berulang-ulang.

H. Metode Penelitian

Secara umum metode penelitian merupakan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan serta kegunaan tertentu. Cara untuk mendapatkan kebenaran dengan melalui proses berpikir ilmiah yang dituangkan dalam metode ilmiah. Terdapat metode ilmiah didalam penelitian yaitu

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian kualitatif. Dalam penelitian kualitatif lebih menekankan pada proses sehingga dalam melihat hubungan antar obyek yang diteliti lebih bersifat interaktif atau saling mempengaruhi. Penelitian kualitatif dalam pengumpulan data melakukan interaksi dengan sumber data. Sehingga peneliti dan obyek memiliki latar belakang, keyakinan, pandangan yang berbeda-beda yang membuat peneliti dan obyek saling terikat.

Waktu yang digunakan dalam penelitian ini adalah pada saat subyek melakukan konseling individu. Adapun yang menjadikan fokus penelitian ini mengkaji tahap-tahap konseling individu dalam meningkatkan resiliensi yang dilakukan oleh korban KDRT untuk bangkit dari perasaan rendah diri yang sedang dialaminya. Dengan kata lain, data berupa hasil penelitian serta keterangan yang berkaitan dengan penelitian. Kemudian data penelitian akan disajikan dalam bentuk narasi.

2. Subjek dan Objek Penelitian

a. Subjek Penelitian

Subjek penelitian memiliki peranan yang sangat strategis dalam penelitian karena didalam subjek penelitian terdapat data mengenai variable yang sedang diteliti. Dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti, subjek penelitian disebut dengan informan atau orang yang memberikan informasi mengenai data yang akan diteliti yang dibutuhkan dalam proses penyusunan tugas akhir. Adapun yang menjadi subjek penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Korban kekerasan dalam rumah tangga di P2TPAKK Rekso Dyah Utami dengan kriteria sebagai berikut:
 - a. Korban Perempuan berusia 20 – 45 tahun dan sudah pernah menikah
 - b. Sedang menjalani rehabilitasi di P2TPAKK Rekso Dyah Utami
 - c. Memiliki latar belakang sebagai korban kekerasan dalam rumah tangga
 - d. Memiliki guncangan perasaan psikologis, seperti keadaan *adversity* atau resiliensi dalam dirinya
2. Pegawai yang ditunjuk sebagai wali korban di P2TPAKK Rekso Dyah Utami yang menjadi informan pendukung yang dapat memberikan gambaran lebih mengenai subjek korban yang telah disebutkan diatas.

3. Psikolog di P2TPAKK Rekso Dyah Utami ditunjuk sebagai wali korban di P2TPAKK Rekso Dyah Utami yang menjadi informan pendukung yang dapat memberikan gambaran lebih mengenai subjek korban yang telah disebutkan diatas. Dalam penelitian ini terdapat 3 psikolog sebagai berikut:

1) Psikolog Elly Ervinawati

Psikolog Elly Ervinawati merupakan psikolog di P2TPAKK Rekso Dyah Utami yang bertugas menangani korban kekerasan dalam rumah tangga yang memerlukan bantuan dalam bidang psikologis. Beliau berusia 47 tahun dengan gelar pendidikan S1 Psikologi dan pendidikan profesi psikolog. Saat ini beliau menjabat sebagai konselor psikologi di P2TPAKK Rekso Dyah Utami.

2) Psikolog Izza Fahmi Puspitasari, M.Psi

Psikolog Izza Fahmi Puspitasari merupakan psikolog P2TPAKK Rekso Dyah Utami. Pendidikan terakhir psikolog Izza yaitu Magister Psikologi profesi bidang klinis. Saat ini Psikolog Izza berusia 31 tahun dan memegang jabatan sebagai Psikolog klinis di P2TPAKK Rekso Dyah Utami.

3) Psikolog Novia Anindhita, S.Psi., M.Psi.,

Psikolog Novia Anindhita merupakan psikolog di P2TPAKK Rekso Dyah Utami. Pendidikan terakhir Psikolog Novia yaitu S2 Profesi Psikologi. Saat ini psikolog Novia berusia 30 tahun

dan memegang jabatan sebagai psikolog atau konselor di P2TPAKK Rekso Dyah Utami.

b. **Objek Penelitian**

Objek penelitian merupakan permasalahan yang akan difokuskan pada penelitian. Objek dalam penelitian ini yaitu tahap-tahap konseling individu dalam meningkatkan keterampilan resiliensi pada korban kekerasan dalam rumah tangga di P2TPAKK Rekso Dyah Utami Yogyakarta.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan proses yang paling penting dalam melaksanakan penelitian karena tujuan dari penelitian untuk mendapatkan data. Data yang akan diteliti mengenai bagaimana kemampuan korban kekerasan dalam rumah tangga menyikapi perasaan sedih, rendah diri, cemas, ketakutan, serta berbagai perasaan lain yang dirasakan selama ini yang menyebabkan korban mengalami penderitaan psikologis. Teknik pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti yaitu:

a. **Wawancara**

Wawancara merupakan komunikasi dua arah yang dilakukan untuk memperoleh informasi. Wawancara atau interview dilakukan dengan memberikan pertanyaan kepada informan yang sudah ditentukan. Wawancara dapat dilakukan dengan dua cara yaitu terstruktur dan tidak terstruktur. Wawancara terstruktur adalah peneliti telah mengetahui secara pasti informasi yang akan didapatkan. Sedangkan wawancara

tidak terstruktur merupakan wawancara yang dilakukan secara bebas, atau peneliti hanya mengetahui garis besar masalah yang akan diteliti.⁴⁵

Metode wawancara ini digunakan untuk mendapatkan informasi dari informan mengenai pembahasan dalam penelitian. Wawancara akan dilakukan kepada korban dan konselor pendamping korban yang berada di P2TPAKK Rekso Dyah Utami. Informasi pertama yang akan didapatkan melalui subjek pertama yaitu mengenai tahap-tahap konseling individu. Sedangkan informasi kedua yang akan didapatkan dari subjek kedua yaitu mengenai kondisi diri korban setelah mengalami peristiwa kekerasan dalam rumah tangga.

b. Dokumentasi

Dokumentasi adalah sebuah cara dalam pengumpulan data yang berupa buku, arsip, tulisan, angka, dokumen, serta gambar yang berbentuk laporan sehingga dapat mendukung data penelitian.⁴⁶ Metode dokumentasi ini sebagai cara peneliti dalam mendapatkan data penunjang mengenai dokumentasi program kerja, visi misi, sarana prasarana penunjang kegiatan konseling di P2TPAKK Rekso Dyah Utami Yogyakarta.

⁴⁵ Syafrida Hafni Sahir, *Buku ini di tulis oleh Dosen Universitas Medan Area Hak Cipta di Lindungi oleh Undang-Undang Telah di Deposit ke Repository UMA pada tanggal 27 Januari 2022, 2022.*

⁴⁶ Prof. Dr. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Serta R&D*, Alfabeta, CV, 2013.

c. Metode Analisa Data

Untuk mendapatkan hasil yang maksimal dalam Analisa data peneliti menyimpulkan data yang telah didapatkan dari dokumentasi dan wawancara sehingga dapat dinarasikan untuk penelitian skripsi. Menurut Miles dan Huberman (dalam Sugiyono) Analisa data merupakan kegiatan kualitatif yang dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus hingga data jenuh.⁴⁷

Aktivitas dalam Analisa data antara lain:

a) *Data Collection* atau Pengumpulan Data

Dalam penelitian kualitatif pengumpulan data yang dilakukan menggunakan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Pada tahap awal penelitian, peneliti melakukan pengamatan secara umum mengenai obyek yang diteliti.

b) *Data Reduction* (Reduksi Data)

Reduksi data yaitu merangkum, memilih hal yang pokok, memfokuskan hal yang penting, kemudian dicari tema dan polanya. Dari hasil kegiatan yang telah dilakukan tersebut akan memberikan gambaran yang jelas sehingga mempermudah peneliti dalam melakukan pengumpulan data. Dalam hal ini penulis merangkum hal-hal yang akan diteliti yaitu mengenai tahapan-tahapan konseling individu untuk meningkatkan resiliensi di pusat

⁴⁷ *Ibid*, hlm 321

pelayanan terpadu perempuan anak korban kekerasan (P2TPAKK)
Rekso Dyah Utami Yogyakarta.

c) *Data Display* (Penyajian data)

Dalam penelitian kualitatif penyajian data dilakukan dengan bentuk uraian singkat, bagan, dan hubungan antar kategori. Peneliti dalam penelitian ini menggunakan teks naratif dalam penyajian data. penyajian data dilakukan untuk memudahkan peneliti dalam memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan pemahaman peneliti.

d) *Conclusion Drawing* atau *Verification*

Kesimpulan awal yang diberikan oleh peneliti masih bersifat sementara. Kesimpulan akan berubah apabila terdapat bukti-bukti kuat pada tahap pengumpulan data. Penarikan kesimpulan dalam penelitian kualitatif dapat menjawab rumusan masalah yang telah dirumuskan sejak awal. Kesimpulan pada penelitian ini adalah temuan baru yang dapat berupa deskripsi atau gambaran objek yang sebelumnya masih samar yang diteliti hingga menjadi lebih jelas, Jawaban dari hasil penelitian akan memberikan penjelasan serta kesimpulan dari permasalahan yang peneliti teliti.⁴⁸

e) Uji Keabsahan Data

Dalam penelitian, data dapat dikatakan valid apabila tidak terdapat perbedaan antara apa yang diperoleh peneliti dengan obyek

⁴⁸ *Ibid*, hlm 322

penelitian. Terdapat beberapa cara untuk menguji keabsahan data penelitian, salah satunya yaitu dengan menggunakan metode triangulasi. Teknik triangulasi yaitu pengecekan data yang diperoleh peneliti dari berbagai sumber menggunakan berbagai cara dan berbagai waktu.⁴⁹ Pada penelitian ini menggunakan teknik triangulas sumber dengan cara mengecek data melalui beberapa sumber dengan memberikan pertanyaan yang sama.



⁴⁹ *Ibid*, hlm 369

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian dalam bab 3, maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini telah menjelaskan mengenai proses konseling individu dalam meningkatkan resiliensi pada korban kekerasan dalam rumah tangga di P2TPAKK Rekso Dyah Utami Yogyakarta, konseling individu dapat dilihat dari perkembangan penyintas dapat merencanakan masa depan dengan baik, mengubah perilaku menjadi lebih positif dan mampu terbuka dengan permasalahan yang dihadapinya. Terdapat tiga tahap dalam proses konseling individu di P2TPAKK Rekso Dyah Utami Yogyakarta yaitu tahap awal, tahap pertengahan, dan tahap akhir.

Pertama, tahap awal yaitu tahap untuk membangun hubungan antara psikolog dan penyintas sehingga dapat menciptakan rasa percaya dan nyaman pada diri penyintas sehingga dapat bekerjasama dalam proses konseling. Pada tahap awal psikolog mendefinisikan masalah penyintas untuk membantu penyintas dalam menemukan potensi pada dirinya, dan menegosiasikan kontrak konseling. Kedua, tahap pertengahan yaitu psikolog menjelajahi dan mengeksplorasi masalah penyintas lebih jauh dan menjaga hubungan baik serta memastikan proses konseling berjalan sesuai kontrak. Ketiga, tahap akhir yaitu psikolog memastikan penyintas memiliki perspektif baru sehingga dapat bangkit dari keterpurukan.

B. Saran

1. Bagi P2TPAKK Rekso Dyah Utami, penulis sangat mengapresiasi konseling individu yang dilaksanakan di P2TPAKK Rekso Dyah Utami yang dapat mendukung penuh dalam penyelesaian masalah penyintas, penulis berharap agar konseling individu dapat dilakukan dengan baik sesuai dengan jadwal yang telah disepakati.
2. Bagi korban KDRT, semoga penyintas dapat bangkit dari pengalaman yang kurang menyenangkan dan bagi korban yang baru saja mengalami kekerasan dalam rumah tangga dapat segera mendapatkan bantuan dari ahli sesuai bidangnya yang dapat dipercaya agar permasalahan dapat segera teratasi sehingga mampu menemukan kembali tujuan hidupnya.
3. Bagi keluarga penyintas KDRT, pada penelitian ini penulisan menemukan salah satu faktor yang dapat meningkatkan resiliensi korban adalah dukungan keluarga. Pemahaman keluarga akan kondisi penyintas dapat membantu penyintas dalam mengurangi *adversity* dan menciptakan lingkungan yang aman bagi penyintas.

C. Kata Penutup

Puji Syukur kepada Allah SWT atas Rahmat dan hidayahNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada pihak yang telah membantu penulis dan memberikan bimbingan dalam penulisan skripsi. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan, sehingga penulis memerlukan kritik dan saran yang dapat membangun.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhana, Tyssa, Program Studi, Bimbingan Dan, Konseling Islam, Jurusan Dakwah, D A N Komunikasi, et al., “Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan,” 2022
- Antika, Rindi, Fuji Ayda, dan Lestari Saragih, “Layanan konseling individu dalam mengembangkan asertifitas pada anak korban KDRT di Desa Karya Jadi Kecamatan Batang Serangan Kabupaten Langkat,” *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7.1 (2023), 1961–65
- Apriawal, Jabbal, “Resiliensi pada karyawan yang mengalami pemutusan hubungan kerja (PHK) Resilience in employees who have been termination (PHK),” *Jurnal ilmu psikologi dan kesehatan*, 1.1 (2022), 27–38
<<https://publish.ojs-indonesia.com/index.php/SIKONTAN>>
- Awaru, A. Octamaya Tenri, *Sosiologi Keluarga, Media Sains Indonesia*, 2021, 1
<<https://media.neliti.com/media/publications/114514-ID-keluarga-dalam-kajian-sosiologi.pdf>>
- Dra. Gantina Komalasari, M.Psi, M.A.A.PD. Eka Wahyuni, S.Pd., dan M.Pd. Karsih, *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta Barat: PT INDEKS, 2011)
- Drs. H. Abdullah, M.Si, *Prinsip-Prinsip Dasar dalam Keluarga Islam* (Yogyakarta: Aswaja Pressindo)
- Hadiati, Moerti, “Kekerasan Dalam Rumah Tangga Dalam Perspektif Hukum Pidana,” *Perspektif*, 6.2 (2006), 82
<<https://doi.org/10.30742/perspektif.v6i2.525>>
- Hardani, Sofia, Wilaela, Nurhasanah Bakhtiar, dan Hertina, *Perempuan Dalam Lingkup KDRT, Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 2016, VI
- Kartikasari, Mada, dan Fuad Nashori, “Efektivitas Terapi Zikir Istighfar untuk Mengurangi Gejala Gangguan Stres Pascatrauma Pada Istri Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga,” *Psychopolytan : Jurnal Psikologi*, 5.2 (2022), 83–98
<<https://doi.org/10.36341/psi.v5i2.1942>>

- Marianti, Lena, Eni Murdiati, dan Lusi Sesriani, “Konseling Individu dengan Teknik Roleplay untuk Mengatasi Stres Pasca Trauma pada Anak Korban Kekerasan Seksual,” *Ghaidan*, 2.2 (2018), 1–12
- Mulyani, Nasution Sri, *Resiliensi Daya Pegas Menghadapi Trauma Kehidupan* (Medan: Medan USU Press, 2011)
- Munawar, Akhmad, “Sahnya Perkawinan Menurut Hukum Positif Yang Berlaku Di Indonesia,” *Al-Adl : Jurnal Hukum*, 7.13 (2015), 21–31
<<https://doi.org/10.31602/al-adl.v7i13.208>>
- Nashori, Fuad, dan Iswan Saputro, *Psikologi Resiliensi, Universitas Islam Indonesia*, 2021
<https://www.researchgate.net/publication/351283333_Psikologi_Resiliensi>
- “Pasal 1 Rancangan Undang-Undang Penghapusan Kekerasan Seksual”
- Perempuan, CATAHU 2020 Komnas, “Perempuan dalam Himpitan Pandemi: Lonjakan Kekerasan Seksual, Kekerasan Siber, Perkawinan Anak, dan Keterbatasan Penanganan di Tengah Covid-19”
- Perempuan, Komnas, “Peningkatan Jumlah Kasus KBG di Tahun 2021 Menjadi Alarm Untuk RUU TPKS Segera Disahkan”
<<https://komnasperempuan.go.id/kabar-perempuan-detail/peluncuran-catahu-komnas-perempuan-2022>>
- Prayitno, Erman Amti, “Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling (Jakarta),” *Rineka Cipta*, 2004
- Prof. Dr. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Serta R&D*, Alfabeta, CV, 2013
- Psi., A.M, Pihasnawati, *Dasar Dasar Intervensi Individu Konseling dan Psikoterapi* (Yogyakarta: Kurnia Global Diagnostika, 2015)
- Putri, A, *Layanan Konseling Individual dalam Mengatasi Stres pada Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) di Balai Rehabilitasi Sosial Watunas Mulya Jaya ...*, *Repository.Uinjkt.Ac.Id*, 2022

<<https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/61921>%0Ahttps://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/61921/1/ANISA_PUTRI-FDK.pdf>

Sahir, Syafrida Hafni, *Buku ini di tulis oleh Dosen Universitas Medan Area Hak Cipta di Lindungi oleh Undang-Undang Telah di Deposit ke Repository UMA pada tanggal 27 Januari 2022, 2022*

Sholihat, I, dan J Suteja, “Layanan Konseling Individu dalam Menangani Korban Kekerasan Seksual Remaja di LSM WCC Mawar Balqis Cirebon,” *Prophetic: Professional, Empathy ...*, 5.2 (2022), 135–48
<<https://www.jurnal.syekhnujati.ac.id/index.php/prophetic/article/view/12783>%0Ahttps://www.jurnal.syekhnujati.ac.id/index.php/prophetic/article/download/12783/4949>

Sriwidodo, Joko, *Pengantar hukum kekerasan dalam rumah tangga*

Utami, Rekso Dyah, “P2TPAKK REKSO DYAH UTAMI Pusat Pelayanan Terpadu Perempuan dan Anak Korban Kekerasan DIY”
<<https://www.rdu.or.id/home>>

Wahidah, Evita Yuliatul, “RESILIENSI PERSPEKTIF AL QURAN,” 02.01 (2018), 105–20

, Prof. DR. Sofyan S. Willis, *KONSELING INDIVIDU Teori dan Praktek* (Bandung: Alfabeta,cv, 2017)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA