

**LAYANAN KONSELING INDIVIDU DALAM MENGATASI
STRES PADA KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH
TANGGA (KDRT) DI *WOMEN CRISIS CENTER (WCC)*
MAWAR BALQIS CIREBON**



Skripsi

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)

Oleh:

Nabila Rizqi Chairani

1801016038

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Lamp. : 1 bendel

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Walisongo Semarang

di Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mengadakan koreksi, dan perbaikan sebagaimana mestinya terhadap naskah skripsi atas nama mahasiswa :

Nama : Nabila Rizqi Chairani

NIM : 1801016038

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Judul Skripsi : Layanan Konseling Individu Dalam Mengatasi Stres Pada Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga di Women Crisis Center (WCC) Mawar Balqis Cirebon

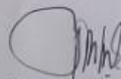
Dengan ini kami menyatakan telah menyetujui naskah tersebut dan oleh karenanya mohon untuk segera diujikan.

Atas perhatiannya kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 22 Desember 2023

Pembimbing,



Komarudin, M. Ag

NIP. 196804132000031001

HALAMAN PENGESAHAN MUNAQOSAH



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Alamat: Jl. Prof. Dr. Hamka km. 2 Kampus III Ngaliyan Telp/Fax. 024 7601291 Semarang 50185

PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

LAYANAN KONSELING INDIVIDU DALAM MENGATASI STRES
PADA KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA
DI WOMEN CRISIS CENTER (WCC) MAWAR BALQIS CIREBON

Oleh:

NABILA RIZQI CHAIRANI
1801016038

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 28 Desember 2023 dan dinyatakan telah LULUS memenuhi syarat
Guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Susunan Dewan Penguji

Ketua/Penguji I

Saifuddin, M.Ag
NIP. 197512032003121002

Sekretaris/Penguji II

Komarudin, M.Ag
NIP. 196804132000031001

Penguji III

Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd
NIP. 196909012005012001

Penguji IV

Abdul Rozak, M.S.I
NIP. 198010222009011009

Disahkan Oleh
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Pada Januari 2024



Prof. Dr. H. Ilyas Supena, M.Ag
NIP. 197204102001121003

HALAMAN PERNYATAAN

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nabila Rizqi Chairani

NIM : 1801016038

Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi di lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum/tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 21 Desember 2023

Penulis



Nabila Rizqi Chairani

NIM. 1801016038

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ وَعَلَى
آلِهِ وَأَصْحَابِهِ وَمَنْ تَبِعَهُمْ بِإِحْسَانٍ إِلَى يَوْمِ الدِّينِ أَمَّا بَعْدُ

Segala puji bagi penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan Rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Layanan Konseling Individu Dalam Mengatasi Stres Pada Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di Women Crisis Center Mawar Balqis Cirebon”. Shalawat serta salam tak lupa pula kita panjatkan kepada junjungan kita Nabi Agung Muhammad SAW beserta keluarganya dan semoga sampai kepada kita sebagai umatnya.

Skripsi ini disusun dalam rangka untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana strata satu (S-1) pada jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI) di Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Penulis menyadari banyak kekurangan dalam pembuatan skripsi ini, maka dari itu penulis melakukan bimbingan serta mendapatkan saran dari pihak terkait untuk bisa menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya. Tak lupa penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses pembuatan skripsi ini, diantaranya:

1. Bapak Prof. Dr. Nizar, M.Ag., selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
2. Bapak Prof. Dr. H. Ilyas Supena, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
3. Ibu Dr. Ema Hidayanti, S.Sos.I, M.S.I., dan Ibu Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd., selaku ketua jurusan dan sekretaris jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam yang telah memberikan motivasi dan bimbingan kepada penulis.

4. Bapak Komarudin, M.Ag., selaku dosen wali serta dosen pembimbing yang telah bersedia untuk meluangkan waktu, tenaga, serta fikirannya untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penulisan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu dosen pengajar beserta staf karyawan di lingkungan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang yang telah memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis selama perkuliahan.
6. Almarhum Ayahanda tercinta Bapak Komarudin dan Ibunda tercinta Ibu Sumini, Kakak tersayang Ichfa'ul Amal Ilallah, serta Adik tersayang Aqilah Nurfitriyah Zuraydah yang tidak pernah lelah mendo'akan, memberikan kasih sayang serta memberikan motivasi untuk penulis selama menyelesaikan studi hingga penyusunan skripsi.
7. Ibu Sa'adah, S.Pd., dan Teh Venolia Adeningrum, S.Pd.I., selaku manager program dan konselor di Women Crisis Center Mawar Balqis Cirebon, yang telah memberikan izin serta bantuan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik.
8. Seluruh korban kekerasan dalam rumah tangga yang sudah menyempatkan waktunya untuk saya wawancarai sehingga bisa mendapatkan info yang lebih valid untuk menyelesaikan penelitian ini.
9. Sahabatku terkasih dan tersayang Linda Astri Yanti dan Tia Lutfiatul Azizah, yang selalu mendukung serta mendengarkan keluh kesah selama penulis mengerjakan skripsi.
10. Teman-teman seperjuangan di HMJB yaitu Lazizah, Zahra, Lala, Novita, Dhea, Wulan, Pipit, Ririn, Wijay, Aldi yang telah membersamai penulis selama masa perkuliahan.
11. Teman-temanku Sofi, Ulfa, Arista, Mira, Shiva, Zahra, Dating, dan teman-teman kelas BPI-A 2018 yang telah memberikan semangat, dan dukungan kepada penulis selama mengerjakan skripsi.
12. Seluruh pihak Seluruh pihak yang sudah membantu dalam proses pembuatan skripsi, membimbing dan memberikan dukungan terhadap penulis dalam menyelesaikan skripsi.

Penulis amat sangat meyakini bahwa dalam pembuatan skripsi jauh dari kata sempurna. Maka dari itu penulis berharap kritik dan saran yang positif dari pembaca untuk bisa membantu menyempurnakan skripsi ini. Penulis juga berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca.

Semarang, 21 Desember 2023

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Nabila', with a horizontal line underneath it.

Nabila Rizqi Chairani

NIM. 1801016038

PERSEMBAHAN

Dengan mengucap Syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan kasih dan sayang-Nya kepada penulis sampai sekarang dan sampai akhir kelak. Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Kedua orang tuaku, khususnya untuk almarhum Bapak Komarudin, yang telah mengorbankan segalanya, memperjuangkan pendidikanku sampai akhir hayatnya dan teruntuk Ibuku tercinta yang selalu mendo'akan, dan memberikan dukungan penuh baik dukungan moral, mental, dan ekonomi sehingga penulis mampu menyelesaikan pendidikannya dan memperoleh gelar sarjana. Semoga gelar baru yang di dapat penulis bisa membuat bangga diri sendiri dan keluarga. Tidak lupa pula kakak adikku tercinta Ichfa'ul Amal Ilallah dan Aqilah Nurfitriyah Zuraydah, terimakasih karena sudah selalu meminjamkan pundak dan telinganya untuk mendengarkan semua keluh kesah penulis.
2. Almamaterku tercinta terkhusus jurusan Bimbingan dan penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.

MOTTO

فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ

Siapa yang mengerjakan kebaikan seberat zarah, dia akan melihat (balasan)-nya.

QS. Al-Zalzalah: 7

ABSTRAK

Nabila Rizqi Chairani (1801016038) Layanan Konseling Individu Dalam Mengatasi Stres Pada Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di Women Crisis Center Mawar Balqis Cirebon.

Kekerasan dalam rumah tangga adalah setiap perbuatan terhadap seseorang terutama perempuan yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, dan penelantaran rumah tangga termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dalam lingkup rumah tangga. Kasus tindak kekerasan dapat mengakibatkan dampak kepada korban, diantaranya yaitu cacat, trauma, stres, dan muncul rasa takut hingga depresi.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana layanan konseling individu dalam mengatasi stres pada korban kekerasan dalam rumah tangga di Women Crisis Center Mawar Balqis Cirebon. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus, teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Uji keabsahan data pada penelitian ini menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi waktu, dan teknik analisis pada penelitian ini adalah dengan reduksi data, penyajian, dan kesimpulan.

Hasil penelitian ini adalah: Layanan konseling individu untuk mengatasi stres pada korban kekerasan dalam rumah tangga di WCC Mawar Balqis Cirebon dilakukan secara langsung dengan durasi kurang lebih satu jam dengan menggunakan tiga tahapan yaitu tahap awal, tahap pertengahan, dan tahap akhir. Tujuan dilakukannya konseling individu adalah untuk membantu klien keluar dari permasalahan yang dialaminya.

Kata Kunci: KDRT, Konseling Individu

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
HALAMAN PENGESAHAN MUNAQOSAH	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	viii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	7
D. Tinjauan Pustaka	8
E. Metode Penelitian	13
1. Jenis Penelitian	13
2. Jenis dan Sumber Data	13
3. Teknik Pengumpulan Data	14
4. Uji Keabsahan Data	15
5. Teknik Analisis Data	16
F. Sistematika Penulisan	16
BAB II LANDASAN TEORI	18
A. Konseling Individu	18
1. Pengertian Konseling Individu	18
2. Tujuan Konseling Individu	19

3. Teknik Konseling Individu	20
4. Tahap-tahap Konseling Individu	27
4. Pendekatan Konseling Individu	32
B. Stres	34
1. Pengertian Stres	34
2. Macam-macam Stres	35
3. Gejala Stres	36
C. Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)	38
1. Pengertian Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)	38
2. Bentuk-bentuk Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)	39
3. Faktor Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)	40
4. Dampak Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)	41
D. Urgensi Konseling Individu dalam Mengatasi Stres pada Korban Kekerasan dalam Rumah tangga (KDRT) di WCC Mawar Balqis Cirebon	43
BAB III LAYANAN KONSELING INDIVIDU DALAM MENGATASI STRES PADA KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA (KDRT) DI <i>WOMEN CRISIS CENTER</i> (WCC) MAWAR BALQIS CIREBON	46
A. Gambaran Umum Women Crisis Center (WCC) Mawar Balqis Cirebon	46
1. Sejarah berdirinya Women Crisis Center (WCC) Mawar Balqis Cirebon	46
2. Visi, Misi, Tujuan, dan Kegiatan	49
3. Struktur keanggotaan Women Crisis Center (WCC) Mawar Balqis Cirebon	50
B. Gambaran Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) di WCC Mawar Balqis Cirebon	51
1. Bentuk-bentuk Kekerasan dalam Rumah Tangga	51

2. Faktor Penyebab Kekerasan dalam Rumah Tangga	52
C. Layanan Konseling Individu dalam Mengatasi Stres Pada Korban Kekerasan dalam Rumah tangga di Women Crisis Center (WCC) Mawar Balqis Cirebon	54
1. Tujuan Konseling Individu	54
2. Proses layanan konseling individu dalam mengatasi stres pada korban KDRT	54
3. Pendekatan Konseling Individu	56
4. Faktor Pendukung dan Penghambat Layanan Konseling Individu dalam Mengatasi Stres pada Korban KDRT	57
BAB IV ANALISIS KONSELING INDIVIDU DALAM MENGATASI STRES PADA KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA (KDRT) DI <i>WOMEN CRISIS CENTER</i> (WCC) MAWAR BALQIS CIREBON	59
A. Urgensi Layanan Konseling Individu dalam Mengatasi Stres pada Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga	59
B. Faktor Penyebab Terjadinya Kekerasan dalam Rumah Tangga	60
C. Layanan Konseling Individu dalam Mengatasi Stres pada Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga	61
D. Pendekatan Konseling Individu	63
E. Faktor Pendukung dan Penghambat Layanan Konseling Individu dalam Mengatasi Stres pada Korban KDRT	64
F. Hasil Layanan Konseling Individu dalam Mengatasi Stres pada Korban KDRT	64
BAB V PENUTUP	68
A. Kesimpulan	68
B. Saran	68
C. Penutup	69

DAFTAR PUSTAKA.....	70
---------------------	----

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kekerasan adalah suatu perbuatan yang dapat menyebabkan cedera atau kerusakan fisik bahkan psikis seseorang. Kekerasan merupakan suatu tindakan yang dilakukan oleh perorangan atau sejumlah kelompok yang merasa kuat kepada seseorang yang dipandang lemah, dengan kekuatannya tersebut seseorang atau kelompok tersebut secara sengaja dapat melakukan kekerasan secara fisik maupun non-fisik sehingga dapat menimbulkan penderitaan kepada individu yang dianggap lemah. Kekerasan secara umum dapat menyebabkan berbagai dampak, diantaranya dampak psikologis.

Dampak psikologis dari kekerasan biasanya menimbulkan perilaku tidak nyaman berupa kekhawatiran, kecemasan, ketakutan akan peristiwa tersebut dapat terjadi kembali pada dirinya, kesedihan, bahkan emosi yang tidak stabil. Selain dampak psikologis seseorang yang terganggu akibat kekerasan, terdapat juga dampak yang paling mudah ditemui yaitu pada fisik korban kekerasan. Kondisi fisik seseorang tidak dapat ditutupi jika memang pernah mengalami kekerasan. Luka fisik akibat kekerasan terhadap seseorang dapat hilang setelah beberapa waktu. Tetapi akan muncul perubahan-perubahan lain yang dialami, mulai dari tidur tidak teratur, perubahan pola makan, hingga respons terhadap suatu ancaman secara berlebihan. Wajar jika akhirnya korban kekerasan menjadi lebih sensitif terutama pada bunyi yang sangat keras atau sentuhan tertentu yang mengingatkannya kembali pada kekerasan yang pernah dialaminya. (Kustanty, 2018: 140-145).

Kekerasan terutama kekerasan dalam rumah tangga merupakan pelanggaran hak asasi manusia dan kejahatan terhadap martabat kemanusiaan serta merupakan bentuk diskriminasi. Kekerasan dalam bentuk apapun dan dilakukan dengan alasan apapun merupakan bentuk kejahatan yang tidak dapat dibenarkan. Oleh karena itu, sekecil apapun kekerasan yang dilakukan dapat dilaporkan sebagai tindak pidana yang dapat di proses hukum. Kekerasan dalam

rumah tangga (KDRT) adalah setiap perbuatan terhadap seseorang terutama perempuan, yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, dan/atau penelantaran rumah tangga termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dalam lingkup rumah tangga. (UU PKDRT).

Kasus tindak kekerasan merupakan masalah yang serius, akibat yang ditimbulkan juga berdampak luas. Misalnya cacat, trauma, stres, timbul konflik bahkan pembunuhan, serta bagi anak dapat mengganggu proses tumbuh kembang. Dampak KDRT terhadap Perempuan dapat dibedakan menjadi 2 yakni, dampak jangka pendek dan dampak jangka panjang. Pertama, dampak jangka pendek biasanya berdampak secara langsung seperti luka fisik, cacat, hilangnya pekerjaan, dan lain sebagainya. Kedua, dampak jangka panjang biasanya berdampak dikemudian hari bahkan ada yang berlangsung seumur hidup. Biasanya korban mengalami gangguan psikis (kejiwaan), hilangnya rasa percaya diri, mengurung diri, trauma dan muncul rasa takut hingga depresi. Dari dua hal tersebut, hal yang dikhawatirkan adalah munculnya kekerasan lanjutan. Artinya bahwa korban yang tidak mendapatkan penanganan dengan baik dikhawatirkan menjadi pelaku dikemudian hari sebagai bentuk pelampiasan trauma masa lalu (Santoso, 2019: 49-50).

Fenomena kekerasan dalam rumah tangga memunculkan sejumlah masalah psikologis antara lain: Pertama, bagi pelaku umumnya kaum laki-laki, umumnya merasa tidak masalah kekerasan karena dianggap sebagai penerapan power dan wibawa dalam predikatnya sebagai kepala keluarga. Hal ini merupakan kepribadian yang tidak sehat dan cacat secara psikologis, di mana menyengsarakan orang lain apalagi anggotanya sendiri yang patut dilindungi keamanannya, justru dibikin sengsara, sakit, dan menderita, entah secara fisik atau secara psikologis, secara sengaja atau tidak, bertujuan atau tidak, berkepanjangan secara terus menerus atau sewaktu-waktu meluapkan emosi. Orang yang tidak dapat mengendalikan emosi indikasi kepribadian yang belum matang, bukan sekedar tidak cerdas secara emosi tapi juga tidak cerdas secara

intelektual. Pelaku kekerasan tidak menggunakan otak kiri dan otak kanan nya untuk mengontrol perilakunya. Apapun dalilnya, melakukan kesalahan tetapi merasa benar atau membenarkan perilaku yang salah merupakan perilaku *mal-adjusted*.

Kedua, bagi korban, umumnya merasa bersalah atau dipersalahkan karena telah menyulut emosi laki-laki untuk melakukan kekerasan, dan diperparah lagi selain mereka telah sakit dan menderita karena mengalami kekerasan, tidak dapat melawan ataupun tidak diperbolehkan melawan, dan disalahkan jika melaporkan peristiwa kekerasan yang dialaminya keluar, apalagi meminta bantuan pihak luar. Dari fenomena kekerasan ini melahirkan kekerasan (kognisi) dan kepribadian yang *mal-adjusted*. Pelaku yang seharusnya merasa bersalah atau dipersalahkan, bahkan mengaku benar dan dibenarkan oleh kultur, apalagi dengan mencari pembenaran agama, sementara korban kekerasan yang seharusnya dibela justru mereka merasa bersalah dan dipersalahkan oleh kultur masyarakat di mana mereka tinggal. Padahal penderitaan korban secara fisik maupun psikis mungkin permanen dan menimbulkan luka psikis yang traumatik.

Ketiga, bagi anak-anak yang ikut menyaksikan apalagi ikut menjadi korban kekerasan, mereka akan belajar melakukan kekerasan seperti yang dilakukan ayah mereka, dan bagi anak perempuan akan belajar menghindari bergaul dengan laki-laki, dan bentuk ketakutan traumatis lainnya. Dengan demikian, peristiwa kekerasan dalam rumah tangga, bagi pelaku, korban, maupun anak-anak menyisakan sejumlah problem psikologis yang berkepanjangan (Muttaqin et al., 2016: 184-185).

Stres merupakan suatu fakta yang banyak diderita manusia yang seringkali disebabkan karena adanya permasalahan pribadi, keluarga, pertemanan, percintaan, akademik, masyarakat dan sosial. Stres muncul dalam perjalanan hidup yang dilalui setiap individu dan tidak dapat dihindari sepenuhnya. Pada umumnya, seseorang yang mengalami stres, keseimbangan hidupnya akan terganggu dan menyebabkan ketidaknyamanan (Nihayah, et al., 2022: 58-59).

Anoraga (dalam Anggraeni, 2003) berpendapat bahwa stres merupakan tanggapan seseorang, baik secara fisik maupun secara mental terhadap suatu

perubahan di lingkungannya yang dirasakan mengganggu dan mengakibatkan dirinya terancam. Stres melibatkan respon fisiologis terhadap stressors, kejadian atau situasi yang dipandang sebagai pandangan negatif yang kuat atau kekuatan positif. Individu atau anggota keluarga yang sedang stres mencerminkan ini ke dalam perubahan fisiologis dan kecemasan yang meningkat saat mereka berusaha mengatasinya. Sistem di bawah tekanan atau stres cenderung jatuh ke dalam pola yang dapat diprediksi, beberapa berfungsi, beberapa tidak berfungsi, sebagai anggota keluarga mencoba menangani kegelisahan tersebut.

Para ahli psikologi seperti Baum, Coyne dan Holroy dalam (Sarafino, 2002), mengelompokkan stres dalam tiga perspektif yaitu stres sebagai stimulus, stres sebagai suatu respon dan stres sebagai suatu proses. Menurut perspektif stres sebagai stimulus, stres terjadi disebabkan oleh lingkungan atau kejadian yang dapat mengancam atau berbahaya, sehingga menimbulkan ketegangan dan perasaan tidak nyaman. Menurut pandangan stres sebagai respon, stres merupakan reaksi/respon individu terhadap kejadian yang tidak menyenangkan. Stres sebagai suatu proses terjadi karena adanya interaksi antara individu dan lingkungan (Maryam, 2016: 337). Stres bisa terjadi karena beberapa faktor, salah satunya yaitu terjadi karena mendapatkan kekerasan dalam rumah tangga dari pasangan, baik kekerasan secara fisik maupun secara psikis. Salah satu layanan yang dapat diterapkan terhadap korban kekerasan yaitu layanan konseling. Artinya layanan konseling adalah layanan yang sangat penting dan dibutuhkan oleh korban kekerasan.

Untuk membantu korban KDRT yang mengalami stres perlu dilakukannya kegiatan dakwah dengan Konseling Individu. Konseling merupakan semua kegiatan etis yang berusaha untuk membantu klien, termasuk dalam perilaku yang mengarah pada penyelesaian masalah yang dialami klien (Mufid, 2020: 2). Konseling merupakan salah satu implementasi dakwah irsyad, yaitu kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain yang sedang mengalami kesulitan rohaniyah dalam hidupnya, agar ia bisa mengatasi permasalahannya sendiri, karena timbul kesadaran atau penyerahan diri terhadap kekuasaan Tuhan (Sirajuddin, 2014:

12). Konseling individual dapat diartikan juga sebagai hubungan timbal balik antara dua individu dimana yang seorang konselor berusaha membantu klien untuk mencapai pengertian tentang dirinya sendiri dalam hubungan dengan masalah-masalah yang dihadapinya pada masa yang akan datang (Sukardi, 2001: 45).

Dalam proses motivasional kepada individu agar memiliki kesadaran untuk “*come back to religion*”, karena agama akan memberikan pencerahan terhadap pola sikap, pikir, dan perilakunya ke arah kehidupan personal dan sosial yang *sakinah, mawaddah, rahmah dan ukhfuwwah*, sehingga manusia akan terhindar dari mental yang tidak sehat, atau sifat-sifat individualistik, nafsu eksploitatif yang memunculkan malapetaka di bumi (Hidayanti, 2014: 228).

Proses konseling individual merupakan relasi antara konselor dengan klien dengan tujuan agar dapat mencapai tujuan klien. Dengan kata lain tujuan konseling tidak lain adalah tujuan klien itu sendiri. Hal ini amat perlu ditekankan sebab sering kejadian terutama pada konselor pemula atau yang kurang profesional, bahwa subjektivitas dia amat menonjol di dalam proses konseling. Seolah-olah mengutamakan tujuan konselor sementara tujuan klien terabaikan. Tanggung jawab konselor dalam proses konseling adalah mendorong untuk mengembangkan potensi klien, agar dia mampu bekerja efektif, produktif, dan menjadi manusia mandiri. Disamping itu, tujuan konseling adalah agar klien mencapai kehidupan berdaya guna untuk keluarga, masyarakat dan bangsanya. Satu hal yang penting lagi dari tujuan konseling adalah agar meningkatkan keimanan dan ketaqwaan klien. Sehingga klien menjadi manusia yang seimbang antara pengembangan intelektual-sosial-emosional, dan moral-religius (Willis, 2014: 159).

Mengapa perlu diberikan layanan konseling? karena kekerasan dalam rumah tangga yang dilakukan pelaku KDRT akan menimbulkan dampak terhadap korban KDRT, baik dampak dalam jangka pendek atau langsung dan jangka panjang, seperti: dampak fisik, dampak psikologis, dampak seksual, dampak ekonomi dan dampak sosial. Adanya dampak-dampak yang timbul akibat tindakan kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) membuat kehidupan

efektif korban KDRT menjadi terganggu, seperti: korban menjadi tidak percaya diri, korban mengalami ketakutan yang berlebihan, hilangnya pekerjaan, kehamilan yang tidak diinginkan. Adanya dampak yang ditimbulkan tersebut, maka perlu diberikan layanan konseling (Oktasari et al., 2018: 15-16).

Salah satu lembaga yang mendampingi korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) adalah Lembaga Swadaya Masyarakat *Women Crisis Center* (WCC) Mawar Balqis Cirebon. Lembaga Swadaya Masyarakat *Women Crisis Center* (WCC) Mawar Balqis Cirebon adalah lembaga yang bergerak dalam bidang pendampingan, advokasi serta pemberdayaan terhadap perempuan korban kekerasan. Baik kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), pemerkosaan, pelecehan seksual, kekerasan psikologis, kekerasan ekonomis, maupun korban trafiking. Pada awal berdirinya, WCC Mawar Balqis berjuang dan didukung dari basis komunitas, baik dalam melakukan program sosialisasi, pendampingan dan advokasi, maupun pemberdayaan ekonomi. Mengingat klien yang didampingi setiap tahun makin meningkat, maka WCC Mawar Balqis didukung dengan penyandang dana dan unsur penting lainnya memadukan dan mengembangkan eksistensi dari basis komunitas menjadi basis instansi. WCC Mawar Balqis sendiri tidak hanya menyediakan layanan konseling, tetapi ada juga layanan bantuan hukum dan juga rumah aman bagi korban yang membutuhkan.

WCC Mawar Balqis sebagai salah satu lembaga yang berfokus terhadap pendampingan Perempuan dan anak korban kekerasan mencatat, pada tahun 2022 terdapat kenaikan kasus. Dari jumlah tersebut, kasus KDRT dan kekerasan seksual menduduki peringkat pertama dan kedua. Manager program WCC Mawar Balqis, Sa'adah mengungkapkan, kasus kekerasan terhadap Perempuan meningkat 14,6 persen jika disbanding pada tahun 2021. Tahun 2021 tercatat 82 kasus, sedangkan tahun 2022 tercatat 94 kasus, ini artinya ada peningkatan dari tahun sebelumnya. Pada tahun 2022 Kekerasan Terhadap Rumah Tangga (KDRT) menjadi kasus dengan angka tertinggi sebanyak 41 kasus, disusul kasus kekerasan seksual baik pada anak maupun dewasa sebanyak 28 kasus, kemudian kasus terhadap Pekerja Migran Indonesia

sebanyak 15 kasus. Kekerasan terhadap Perempuan harus menjadi perhatian serius seluruh pihak. Data ini seperti yang disampaikan oleh banyak pihak bahwa kekerasan terhadap Perempuan seperti fenomena gunung es.

Hal ini membuat penulis tertarik untuk meneliti terkait judul “Layanan Konseling Individu dalam Mengatasi stress Pada Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) Di *Women Crisis Center* (WCC) Mawar Balqis Cirebon”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka terdapat rumusan masalah berupa “Bagaimana layanan konseling individu dalam mengatasi stres pada korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) di *Women Crisis Center* (WCC) Mawar Balqis Cirebon?”

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang ada, tujuan dari penelitian yang akan dilakukan yakni untuk mengetahui dan mendeskripsikan layanan konseling individu dalam mengatasi stres pada korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) di *Women Crisis Center* (WCC) Mawar Balqis Cirebon.

Hasil penelitian ini diharapkan akan membawa manfaat untuk beberapa pihak antara lain:

1. Manfaat Teoretis

Manfaat teoretis penelitian diharapkan dapat menambah khasanah ilmu bimbingan penyuluhan islam, khususnya yang berkaitan dengan layanan konseling individu dalam mengatasi stres pada korban kekerasan dalam rumah tangga.

2. Manfaat Praktek

Adapun manfaat praktek penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Bagi peneliti, agar dapat melaksanakan penelitian dengan lebih baik lagi khususnya yang akan meneliti tentang KDRT dan konseling individu. Peneliti selanjutnya juga dapat menghubungkan konseling individu dengan

beberapa kasus kekerasan lainnya sehingga bisa mengetahui apa saja faktor yang mempengaruhi terjadinya kekerasan pada korban.

- b. Bagi mahasiswa bimbingan dan penyuluhan (BPI), pemahaman konseling individu dapat menjadi salah satu alternatif yang dapat diterapkan dalam layanan KDRT sebagai sebuah pendekatan yang berorientasi pada penyelesaian atau pencegahan masalah klien salah satunya tentang kekerasan.
- c. Bagi konselor, diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi konselor yang menangani khususnya kasus-kasus kekerasan yang menimpa perempuan untuk membantu korban atau kliennya ke arah yang positif dan bisa membantu klien menemukan tujuannya yang sesuai dengan aturan agama.
- d. Bagi korban KDRT, mampu memberikan motivasi untuk korban agar menemukan tujuannya dalam kasus KDRT yang sedang dialaminya sesuai dengan ajaran agama.

D. Tinjauan Pustaka

Tinjauan pustaka merupakan telaah kritis dan sistematis atas penelitian sebelumnya yang bertujuan untuk menghindari adanya kesamaan penelitian dan bentuk plagiat, oleh karena itu penulis menemukan beberapa penelitian yang memiliki relevansi dengan penelitian ini, yaitu:

Pertama, skripsi yang ditulis oleh (Firda Aulia Rahmah, 2017) yang berjudul “*Coping Stres* pada Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga Melalui Bimbingan Rohani Islam di Panti Perlindungan Bhakti Kasih Jakarta Pusat” penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk bimbingan Rohani Islam pada Perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga, mengetahui Upaya yang dilakukan oleh pembimbing Rohani Islam dalam meningkatkan *coping stress* pada korban KDRT, mengetahui factor-faktor keberhasilan bimbingan Rohani Islam dalam meningkatkan *coping stress* Perempuan korban KDRT di Panti Sosial Bhakti Kasih Jakarta Pusat. Jenis penelitian ini

menggunakan metode deskriptif analisis kualitatif. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dengan melakukan observasi, wawancara langsung secara tatap muka dan dokumentasi. Hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa *coping stress* pada Perempuan korban KDRT melalui bimbingan Rohani Islam sangat berpengaruh secara signifikan, warga binaan sosial merasa lebih baik secara fisik maupun psikologis. *Coping* yang digunakan dalam penelitian ini ialah *Emotion Focused Coping* dan mengkhususkan dalam sub kategori dimana individu mencoba mengembalikan permasalahan yang dihadapi pada pendekatan agama. Adapun bentuk bimbingan Rohani yang digunakan adalah metode bimbingan langsung (*face to face*), meliputi ceramah, do'a dan dzikir, serta ruqyah. Upaya pembimbing dalam meningkatkan *coping stress* ialah dengan mengadakan konsultasi personal pada warga binaan sosial secara berkala dan pendampingan dalam aspek *religious*. Persamaan penelitian ini dengan penelitian penulis yaitu membahas tentang Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT). Sedangkan perbedaannya terletak pada objek, yaitu dari segi metode dan tempat penelitian.

Kedua, skripsi yang ditulis oleh (Haziq Syafiq Bin Jasmi, 2018) yang berjudul “Bimbingan Islami Terhadap Istri Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) di Jabatan Kebajikan Masyarakat (JKM) Daerah Temerloh, Pahang, Malaysia” penelitian ini bertujuan untuk mengetahui factor-faktor terjadinya kekerasan dalam rumah tangga, bentuk bimbingan Islami terhadap istri korban kekerasan dalam rumah tangga, Upaya yang dilakukan JKM dalam menanggulangi KDRT, serta untuk mengetahui hambatan JKM dalam mengatasi kasus istri korban kekerasan dalam rumah tangga di kalangan Masyarakat. Bentuk penelitian ini adalah penelitian kualitatif yang berdasarkan riset lapangan. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah interview dan dokumentasi. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa factor-faktor yang menyebabkan terjadinya kekerasan dalam rumah tangga adalah kepribadian suami, campur tangan keluarga, ketidakmampuan suami secara ekonomi, kurang komunikasi antara suami dan istri, sering rebut karena anak, kesalahan

istri, adanya perselingkungan yang dilakukan suami dan pengaruh minuman keras. Adapun bentuk bimbingan Islami yang diberikan JKM seperti memberikan Latihan spiritual, menjalinkan rasa kasih sayang, pendekatan kepada pihak keluarga, pendekatan komunikasi, adanya kejujuran dalam keluarga dan memberikan bimbingan keagamaan. Persamaan penelitian ini dengan penelitian penulis yaitu membahas tentang Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT). Sedangkan perbedaannya terletak pada analisis dan objek penelitian, penelitian ini menganalisis tentang bimbingan Islami terhadap istri korban kekerasan dalam rumah tangga.

Ketiga, skripsi yang ditulis oleh (Yusnita, 2017) yang berjudul “Dampak Kekerasan dalam Rumah Tangga Terhadap Anak di Desa Bandaraji Kecamatan Sikap Dalam Kabupaten Empat Lawang” Ada dua masalah yang dikaji dalam penelitian ini yaitu, *pertama*: Bagaimana bentuk kekerasan dalam rumah tangga terhadap anak di Desa Bandaraji Kecamatan Sikap Dalam Kabupaten Empat Lawang, *kedua*: Bagaimana dampak kekerasan yang dialami anak dalam rumah tangga di Desa Bandaraji Kecamatan Sikap Dalam Kabupaten Empat Lawang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk kekerasan dalam rumah tangga terhadap anak di Desa Bandaraji Kecamatan Sikap Dalam Kabupaten Empat Lawang dan untuk mengetahui dampak kekerasan yang dialami anak dalam rumah tangga di Desa Bandaraji Kecamatan Sikap Dalam Kabupaten Empat Lawang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Dimana teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: Bentuk kekerasan dalam rumah tangga terhadap anak di Desa Bandaraji Kecamatan Sikap Dalam Kabupaten Empat Lawang. Pertama, bentuk kekerasan secara fisik seperti memukul, mencubit dan menampar. Kedua, bentuk kekerasan secara psikis seperti membentak dan berkata kasar. Ada dua dampak kekerasan dalam rumah tangga terhadap anak di Desa Bandaraji Kecamatan Sikap Dalam Kabupaten Empat Lawang. Pertama, berdampak pada sikap seperti menyendiri, keras kepala, sering membalas omongan orang tua dan sering membantah bila

diminta tolong oleh orang tua. Kedua, dampak terhadap emosi seperti sering gugup, takut dan cemas. Persamaan penelitian ini dengan penelitian penulis yaitu membahas tentang kekerasan dalam rumah tangga. Sedangkan perbedaannya terletak pada objek dan analisis penelitian, penelitian ini menganalisis tentang dampak kekerasan dalam rumah tangga terhadap anak, sedangkan penelitian penulis menganalisis tentang layanan konseling individu dalam mengatasi stres pada korban kekerasan dalam rumah tangga.

Keempat, skripsi yang ditulis oleh (Mita Seprianti, 2022) yang berjudul “Kekerasan Dalam Rumah Tangga Yang Dilakukan Anak Terhadap Orang Tua (Studi Kasus di Desa Muara Simpur, Kabupaten Seluma Provinsi Bengkulu)” Ada dua masalah yang dikaji dalam penelitian ini yaitu, Pertama, Bentuk-bentuk kekerasan dalam rumah tangga yang dilakukan anak terhadap orang tua. Kedua, faktor yang mempengaruhi anak melakukan kekerasan dalam rumah tangga terhadap orang tua. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bentuk kekerasan dalam rumah tangga yang dilakukan anak terhadap orang tua dan menganalisis faktor yang mempengaruhi anak melakukan kekerasan dalam rumah tangga terhadap orang tua di Desa Muara Simpur Kabupaten Seluma. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: Bentuk kekerasan dalam rumah tangga yang dilakukan anak terhadap orang tua. Pertama, bentuk kekerasan secara fisik dengan memukul, menendang, menampar, dan menjambak. Kedua, bentuk kekerasan secara psikis dengan berkata kasar, membentak, menyinggung perasaan. Ketiga, bentuk kekerasan ekonomi yaitu ketika anak meminta uang, meminta barang atau hal hal yang lain sering memaksa orang tua agar menuruti semua keinginan anak. Dan dua faktor yang mempengaruhi anak melakukan kekerasan dalam rumah tangga terhadap orang tua. Pertama faktor internal yaitu menyangkut kepribadian dari pelaku bahwa pelaku tipe orang yang temperamental, tidak mau mengalah, dan apa yang diinginkan harus dituruti. Sedangkan dari faktor eksternal di antaranya faktor-faktor diluar dari pelaku

kekerasan yaitu disebabkan tingkat pendidikan ekonomi keluarga yang rendah sehingga membuat hubungan dalam keluarga tidak harmonis. Persamaan penelitian ini dengan penelitian penulis yaitu membahas tentang kekerasan dalam rumah tangga. Sedangkan perbedaannya terletak pada objek dan analisis penelitian, penelitian ini menganalisis tentang kekerasan dalam rumah tangga yang dilakukan anak terhadap orang tua, sedangkan penelitian penulis menganalisis tentang layanan konseling individu dalam mengatasi stres pada korban kekerasan dalam rumah tangga.

Kelima, skripsi yang ditulis oleh (Intan Larasati Aeny, 2017) yang berjudul “Dampak Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) Terhadap Perkembangan Kejiwaan Anak Pada Novel Di Tanah Lada Karya Ziggy Zezsy Azeoviennazabrikzie” Objek material penelitian ini adalah novel Di Tanah Lada karya Ziggy Zezsyazeoviennazabrikzie sedangkan objek formalnya yaitu dampak kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) terhadap perkembangan kejiwaan anak. Penulis menganalisis struktural novel yang meliputi tokoh dan penokohan, alur dan pengaluran, dan latar untuk menunjang kajian dampak kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) terhadap perkembangan kejiwaan anak. Hasil dari analisis struktural novel Di Tanah Lada adalah satu tokoh utama, satu tokoh utama tambahan, dan lima tokoh tambahan, memiliki alur campuran dengan alur maju yang lebih dominan, sedangkan latar terdiri atas latar tempat yang paling penting berupa rumah susun Nero, latar waktu dari pagi hingga malam hari, dan latar sosial berupa kurang kepedulian masyarakat rumah susun Nero atas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) terhadap anak. Hasil dari analisis dampak KDRT terhadap perkembangan kejiwaan anak dengan kajian psikologi perkembangan terbagi atas latar belakang kekerasan keluarga Ava dan P yaitu kekerasan yang diwariskan, kekerasan yang berupa fisik, psikis, maupun sosial. Pengaruh KDRT terhadap perkembangan kejiwaan Ava dan P berupa saling memercayai satu sama lain dibandingkan dengan orang tua, komunikasi verbal dan nonverbal dalam menyikapi KDRT, perubahan perilaku yang meliputi penyimpangan terhadap baik atau buruk, mencari kebahagiaan di luar

keluarga, depresi dan keputusasaan sehingga timbul konsep kehidupan setelah mati yang akhirnya memutuskan untuk bunuh diri. Persamaan dari penelitian ini dengan penelitian penulis yaitu membahas tentang kekerasan dalam rumah tangga. Sedangkan perbedaannya terletak pada objek dan analisis penelitian.

Dari beberapa tinjauan pustaka diatas, belum ada yang meneliti tentang layanan konseling individu dalam mengatasi stres pada korban KDRT, untuk itu penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang penelitian ini. Penelitian yang dilakukan penulis saat ini masih orisinal, sehingga perbedaannya dengan penelitian saat ini peneliti fokus terhadap layanan konseling individu dalam mengatasi stres pada korban KDRT di WCC Mawar Balqis Cirebon.

E. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif deskriptif, yaitu berupa pendeskripsian, penjelasan, dan deskripsi secara sistematis dan akurat terhadap objek yang diteliti, peristiwa, dan ciri-ciri yang berkaitan dengan suatu populasi atau suatu bidang tertentu. Penelitian deskriptif kualitatif bertujuan untuk mendeskripsikan, menggambarkan, menjelaskan, menafsirkan, dan menanggapi secara lebih rinci permasalahan yang akan diteliti dengan cara mempelajari suatu individu, suatu kelompok, atau suatu peristiwa secara lebih rinci (Sugiyono, 2013).

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh fakta berdasarkan data-data yang diperoleh tentang bagaimana Layanan Konseling Individu Dalam Mengatasi Stres Pada Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) di *Women Crisis Center (WCC) Mawar Balqis Cirebon*. Kemudian data yang diperoleh akan diuraikan ke dalam bentuk kata-kata dan penjelasan secara tertulis.

2. Jenis dan Sumber Data

Jenis data yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah data kualitatif. Data kualitatif sendiri adalah data yang hanya dapat diukur

secara tidak langsung dan biasanya data dalam bentuk kata-kata verbal bukan dalam bentuk angka.

Sumber data adalah sumber yang digunakan untuk mengumpulkan data yang diperlukan untuk penelitian. Sumber data yang dimaksud dalam penelitian adalah sumber yang dapat diperoleh subjek data, mempunyai informasi yang jelas tentang cara pengumpulan data dan cara pengolahannya (Sugiyono, 2013). Sumber data dalam penelitian ini terdiri dari dua data, yaitu:

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah sumber data utama yang dikumpulkan langsung dari informan berupa catatan tertulis hasil observasi, wawancara terhadap responden, dan dokumen yang menjadi sumber informasi yang diteliti. Sumber data primer dalam penelitian ini adalah Manager Program WCC Mawar Balqis Cirebon, Konselor WCC Mawar Balqis Cirebon, dan korban KDRT yang mengalami stres ringan. Adapun data primer merupakan hasil wawancara dari para responden tersebut.

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan sumber data tertulis yang tidak dapat diabaikan begitu saja, karena melalui sumber data tertulis akan diperoleh data yang dapat dipastikan keabsahannya. Data sekunder penelitian ini diperoleh dari buku, jurnal dan hasil penelitian yang sebelumnya dilakukan oleh peneliti lain yang terlibat dalam penelitian ini.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan oleh penulis dalam penelitian ini yaitu:

a. Wawancara

Wawancara merupakan kegiatan yang dilakukan untuk mengumpulkan informasi secara langsung dengan mengajukan pertanyaan kepada responden. Wawancara artinya pertemuan tatap muka antara pewawancara dengan responden, dan kegiatannya dilakukan secara lisan. Adapun informan dalam wawancara ini adalah manager program dan

konselor WCC Mawar Balqis Cirebon serta korban KDRT yang mengalami stres ringan.

b. Observasi

Observasi adalah dasar dari semua ilmu pengetahuan. Para ilmuwan hanya dapat bekerja berdasarkan data, yaitu fakta tentang dunia nyata yang diperoleh melalui observasi. Pengamatan dilakukan dengan pencatatan terhadap hal-hal yang berkaitan dengan layanan konseling individu dalam mengatasi stres pada korban kekerasan dalam rumah tangga di WCC Mawar Balqis Cirebon. Dari hasil observasi kemudian dapat diambil kesimpulan tentang apa yang diamati dan dapat dijadikan bahan perbandingan antara wawancara yang dilakukan dengan hasil observasi apakah ada kesesuaian atau tidak.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan suatu metode pengumpulan data untuk memperoleh data langsung dari tempat penelitian (Subagyo, 2011). Tujuan metode dokumentasi pada penelitian ini adalah untuk mendapatkan informasi dan bukti dalam bentuk dokumen, foto, catatan, arsip, dan dokumen lainnya yang berkaitan dengan WCC Mawar Balqis Cirebon. Metode ini digunakan untuk mengumpulkan data dan fakta yang terdokumentasi secara tertulis maupun dalam bentuk visual.

4. Uji Keabsahan Data

Data yang diperoleh di lapangan masih memerlukan pengolahan dan analisis lebih lanjut agar menjadi data yang dapat diandalkan. Hal ini yang terpenting dalam proses penelitian kualitatif. Keabsahan data kualitatif harus diperiksa sejak awal pengumpulan data, yaitu mulai dari pengumpulan data, penyajian data, dan penarikan atau verifikasi kesimpulan. Penulis menggunakan dua metode triangulasi, yaitu dalam penelitian kualitatif untuk memperoleh data yang valid adalah dengan menggunakan teknik triangulasi yaitu:

- a. Triangulasi sumber, untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh dari berbagai sumber.

- b. Triangulasi teknik, untuk menguji kredibilitas data dan dilakukan dengan cara memeriksa data terhadap sumber yang sama tetapi dengan teknik yang berbeda.
- c. Triangulasi waktu, dapat dilakukan dengan cara mengumpulkan data pada waktu dan situasi yang berbeda. (Sugiyono, 2012: 127).

Pada teknik pengumpulan data ini peneliti menggunakan triangulasi sumber dan waktu, yaitu dengan cara mengecek data yang sudah didapat dari beberapa sumber dengan waktu atau situasi yang berbeda.

5. Teknik Analisis Data

Menurut Bogdan, “Analisis data adalah proses mempelajari dan mensintesis data yang diperoleh dari wawancara, catatan lapangan, dan dokumen lain secara sistematis sehingga dapat dipahami dan diperoleh hasil yang dapat dikonfirmasi oleh orang lain.” Analisis data meliputi pengorganisasian data, mendeskripsikan data menjadi satuan-satuan, mensintesis, menyusun data menjadi pola, memilih isi dan isi yang penting untuk diteliti, dan menarik kesimpulan yang dapat dibagikan kepada orang lain. Analisis data yang digunakan penulis adalah analisis deskriptif dengan menggunakan teknik induktif. Teknik induktif merupakan analisis data yang diawali dengan pengumpulan data penelitian, reduksi data, verifikasi data, dan diakhiri dengan kesimpulan umum. Dari teknik data inilah yang akan diperoleh untuk menggambarkan bagaimana layanan konseling individu untuk mengatasi stres pada korban kekerasan dalam rumah tangga di WCC Mawar Balqis Cirebon.

F. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan skripsi digunakan dengan tujuan untuk memberikan gambaran yang jelas dan menyeluruh agar pembaca dapat memahami dengan jelas tentang penelitian ini, maka Penulis membagi penyusunan menjadi lima bab, diantaranya yaitu:

BAB I Pendahuluan, dalam bab ini penulis memaparkan latar belakang masalah, perumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka,

metodologi penelitian, dan sistematika penulisan Secara spesifik mengenai gambaran umum dari latar belakang masalah yang berfungsi sebagai dasar atau pengantar untuk bisa memahami pembahasan berikutnya.

BAB II Kerangka Teori, pada bab ini menerangkan tentang bagaimana landasan teori yang terkait dengan pembahasan dalam penelitian ini, mulai dari pengertian konseling individu, teknik konseling individu, proses konseling individu, pendekatan konseling individu, pengertian stres, macam-macam stres, gejala stres, pengertian kekerasan dalam rumah tangga, bentuk kekerasan dalam rumah tangga, faktor penyebab kekerasan dalam rumah tangga, dan dampak kekerasan dalam rumah. Dengan menggunakan berbagai sudut pandang tersebut, maka akan diketahui bagaimana layanan konseling individu dalam mengatasi stres pada korban kekerasan dalam rumah tangga di *Womwn Crisis Center* (WCC) Mawar Balqis Cirebon.

BAB III Gambaran Umum, pada bab ini akan dijelaskan tentang gambaran umum objek penelitian, seperti letak geografis, kemudian hasil penelitian layanan konseling individu dalam mengatasi stres pada korban kekerasan dalam rumah tangga di *Womwn Crisis Center* (WCC) Mawar Balqis Cirebon.

BAB IV Analisis Penelitian, pada bab ini akan dijelaskan tentang analisa hasil penelitian yang penulis dapatkan di lapangan, mencakup jawaban atas permasalahan yang terdapat dalam rumusan masalah mengenai layanan konseling individu dalam mengatasi stres pada korban kekerasan dalam rumah tangga di *Women Crisis Center* (WCC) Mawar Balqis Cirebon.

BAB V Penutup, pada bab ini berisi tentang kesimpulan dari hasil analisis serta saran-saran atau rekomendasi atas permasalahan yang ada untuk penelitian selanjutnya dan penutup.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konseling Individu

1. Pengertian Konseling Individu

Konseling sendiri merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah dengan tujuan masalah akan teratasi (Prayitno dan Emran Amti, 2004: 47). Pemberian konseling berkaitan dengan pemberian layanan dan program pendampingan bagi seseorang yang mengalami masalah untuk membantu menyelesaikan masalah dan mengembangkan potensi yang dimiliki secara optimal (Bassar dan Hasanah, 2020: 25).

Milton E. Hahn (1995) dalam (Willis, 2014: 18) mengatakan bahwa konseling adalah suatu proses yang terjadi dalam hubungan seseorang dengan seseorang yaitu individu yang mengalami masalah yang tak dapat diatasinya, dengan seorang petugas profesional yang telah memperoleh latihan dan pengalaman untuk membantu agar klien mampu memecahkan kesulitannya. Pengertian konseling individual mempunyai makna spesifik dalam arti pertemuan konselor dengan klien secara individual, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa *rapport*, dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi klien serta klien dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapinya. Konseling individual merupakan pertemuan konselor dan klien secara individual yang bernuansa hubungan konseling yang akrab dan hangat sehingga konselor bisa memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi klien dengan serta dapat mengatasi masalah-masalah yang dihadapinya.

Menurut Tolbert dalam (Yusuf, 2016: 49) mengatakan bahwa konseling individual adalah sebagai hubungan tatap muka antara konselor dengan konseli, dimana konselor sebagai seseorang yang memiliki kompetensi khusus memberikan suatu situasi belajar kepada konseli

sebagai seorang yang normal, konseli dibantu untuk mengetahui dirinya, situasi yang dihadapi dan masa depan sehingga konseli dapat menggunakan potensinya untuk mencapai kebahagiaan pribadi maupun sosial, dan lebih lanjut konseli dapat belajar tentang bagaimana memecahkan masalah dan memenuhi kebutuhan di masa depan.

Dari beberapa pengertian konseling individu diatas, maka dapat disimpulkan bahwa konseling individu adalah proses pemberian bantuan oleh konselor kepada konseli secara langsung dan interpersonal.

2. Tujuan Konseling Individu

Konseling biasanya ditujukan untuk membantu klien menyelesaikan problem yang mengganggu mereka. Konseling juga dimaksudkan untuk membantu klien mengembangkan beragam cara yang lebih positif untuk menyikapi hidup. Orang-orang meminta bantuan konseling dengan bermacam-macam sebab dan untuk berbagai tujuan. Mereka meminta bantuan untuk mengatasi kesedihannya karena, misalnya, ditinggal kekasih, tertekan, masalah pergaulan, stres, khawatir, trauma dengan masa lalunya. Seringkali konseling akan membantu menumbuhkan dan mengembangkan keterampilan pribadi. Sekali lagi, konseling pada umumnya bertujuan memecahkan masalah-masalah klien atau menumbuhkan kekuatan mereka dalam menyikapi hidup (Musnawar, 2015: 11).

Tujuan umum konseling individu adalah membantu klien menstrukturkan kembali masalahnya dan menyadari *life style* serta mengurangi penilaian negative terhadap dirinya sendiri serta perasaan-perasaan inferioritasnya. Kemudian membantu dalam mengoreksi persepsinya terhadap lingkungan, agar klien bisa mengarahkan tingkah laku seta mengembangkan kembali minat sosialnya (Prayitno, 2005: 52). Lebih lanjut Prayitno mengemukakan tujuan khusus konseling individu dalam 5 hal. Yakni, fungsi pemahaman, fungsi pengentasan, fungsi mengemban atau pemeiliharaan, fungsi pencegahan, dan fungsi advokasi.

Menurut Gibson, Mitchell dan Basile dalam (Rahman, 2003: 85) ada 8 tujuan dari konseling perorangan, yakni:

- a. Tujuan perkembangan, yakni klien dibantu dalam proses pertumbuhan dan perkembangan serta mengantisipasi hal-hal yang akan terjadi pada proses tersebut (seperti perkembangan kehidupan sosial, pribadi, emosional, kognitif, fisik, dan sebagainya).
- b. Tujuan pencegahan, yakni konselor membantu klien menghindari hasil-hasil yang tidak diinginkan.
- c. Tujuan perbaikan, yakni klien dibantu mengatasi dan menghilangkan perkembangan yang tidak diinginkan.
- d. Tujuan penyelidikan, yakni menguji kelayakan tujuan untuk memeriksa pilihan-pilihan, pengetesan keterampilan, dan mencoba aktivitas baru dan sebagainya.
- e. Tujuan penguatan, yakni membantu klien untuk menyadari apa yang dilakukan, difikirkan, dan dirasakan sudah baik.
- f. Tujuan kognitif, yakni menghasilkan fondasi dasar pembelajaran dan keterampilan kognitif.
- g. Tujuan fisiologis, yakni menghasilkan pemahaman dasar dan kebiasaan untuk hidup sehat.
- h. Tujuan psikologis, yakni membantu mengembangkan keterampilan sosial yang baik, belajar mengontrol emosi, dan mengembangkan konsep diri positif dan sebagainya.

3. Teknik Konseling Individu

Menurut Willis (2010) ada beberapa teknik yang digunakan oleh konselor dalam proses konseling individu antara lain:

a. Attending

Attending merupakan salah satu teknik dalam kegiatan konseling individual. Teknik ini dilakukan oleh konselor dalam upaya membangun rasa aman dan kenyamanan dalam diri klien, sehingga memudahkan klien untuk berekspresi secara bebas. Perilaku Attending meliputi kontak

mata, gesture, dan bahasa verbal. Kontak mata ketika dalam proses konseling individual diusahakan tetap fokus kepada klien, hal ini bertujuan agar klien merasa bahwa apa yang klien bicarakan benar-benar didengar oleh konselor. Gesture adalah bahasa tubuh konselor yang diperlihatkan ketika menghadapi klien seperti ekspresi wajah yang tenang, posisi tubuh agak condong ke arah klien. Bahasa verbal, bahasa merupakan alat komunikasi termasuk juga dalam proses konseling individual, bahasa verbal yang digunakan dalam proses konseling individual yakni dapat berupa anggukan sebagai tanda persetujuan dan juga sebagai tanda bahwa konselor mendengarkan pembicaraan klien.

b. Empati

Empati adalah kemampuan konselor untuk merasakan apa yang dirasakan klien, merasa dan berpikir, bersama klien dan bukan untuk atau tentang klien. Empati dilakukan bersama attending, tanpa perilaku attending mustahil terbentuk empati.

c. Refleksi

Refleksi adalah keterampilan konselor untuk memantulkan kembali perasaan, pikiran, dan pengalaman klien berdasarkan pengamatan konselor terhadap bahasa verbal dan nonverbal dari klien. Refleksi ada tiga yaitu refleksi perasaan, refleksi pengalaman dan refleksi pikiran.

d. Eksplorasi

Eksplorasi adalah suatu keterampilan yang dimiliki oleh konselor yang bertujuan untuk menggali perasaan, pengalaman dan pikiran klien. Teknik ini penting karena sering kali klien menyimpan rahasia sehingga menutup diri dan tidak mampu mengemukakan pendapatnya secara bebas dan terus terang. Teknik eksplorasi dilakukan untuk membantu klien agar klien dapat berbicara secara bebas, tanpa rasa takut, tertekan, maupun terancam. Eksplorasi ada tiga macam yaitu eksplorasi perasaan, eksplorasi pengalaman, eksplorasi pikiran.

e. Paraphrasing

Paraphrasing adalah kemampuan konselor untuk mengemukakan kembali pesan atau inti pembicaraan yang telah diungkapkan oleh klien. Paraphrasing ini bertujuan untuk menyamakan persepsi dan pemahaman konselor terhadap apa yang telah diungkapkan oleh klien. Paraphrasing baiknya diungkapkan dengan bahasa dan kata-kata yang sederhana serta kalimat yang mudah dipahami oleh klien. Paraphrasing ini merupakan bentuk ringkasan dari ungkapan yang disampaikan oleh klien, dalam penyampaian paraphrasing, konselor melihat respon dari klien.

f. Open Question

Open Question adalah suatu bentuk pertanyaan yang mana memerlukan jawaban yang berupa sebuah penjelasan. Pertanyaan ini digunakan apabila klien merasa kesulitan dalam mengungkapkan permasalahannya atau ketika konselor menghadapi klien yang tertutup. Tujuan pertanyaan ini adalah untuk memperoleh informasi lebih dalam mengenai permasalahan klien. Hal yang harus diperhatikan dalam open question adalah pertanyaan sebaiknya tidak menggunakan kata "kenapa" atau "mengapa" hal ini dikarenakan pertanyaan dengan menggunakan kata tersebut dapat membuat klien merasa kesulitan dalam menjawab pertanyaan sehingga klien akan tertutup.

g. Closed Question

Dalam proses konseling individual, tidak hanya memerlukan pertanyaan terbuka, tetapi penggunaan pertanyaan tertutup pun diperlukan. Pertanyaan tertutup atau closed question merupakan jenis pertanyaan yang mana jawaban dari pertanyaan tersebut tidak harus berupa penjelasan, artinya jawaban dari pertanyaan tertutup dalam bentuk singkat seperti "ya" dan "tidak".

h. Dorongan Minimal

Dorongan minimal adalah sebuah upaya yang dilakukan oleh konselor agar klien selalu terlibat dalam pembicaraan. Dorongan minimal dapat berupa sebuah ungkapan pendek dan singkat yang dilakukan apabila klien akan mengurangi atau menghentikan pembicaraan, ketika klien kurang memusatkan pembicaraan, dan ketika klien merasa ragu terhadap apa yang dibicarakan oleh klien. Tujuan dorongan minimal adalah agar dapat membuat klien terus berbicara dan mengarahkan klien agar pembicaraan klien mencapai tujuan.

i. Interpretasi

Interpretasi merupakan upaya yang dilakukan oleh konselor untuk mengulas pemikiran, perilaku, pengalaman klien dengan merujuk kepada teori-teori. Dalam teknik ini konselor berupaya memberikan penjelasan kepada klien yang bertujuan agar klien mengerti dan memiliki pemahaman serta dapat mengubah pandangannya terhadap sesuatu hal berdasarkan rujukan teori yang dijelaskan oleh konselor.

j. Directing

Directing adalah suatu teknik dalam proses konseling individual yang bertujuan untuk mengarahkan klien agar klien dapat berpartisipasi secara penuh dalam proses konseling individual. Dengan kata lain, bahwa dalam teknik ini konselor mengarahkan klien untuk berbuat sesuatu, misalnya dengan bermain peran dengan konselor atau meminta klien untuk berimajinasi atau mengkhayalkan sesuatu hal.

k. Summarizing

Summarizing merupakan suatu teknik konseling individual yang dilakukan dengan menyimpulkan sementara pembicaraan klien dalam waktu tertentu. Mengenai waktu kapan akan melakukan summarizing hal ini bergantung kepada konselor. Summarizing diperlukan agar klien merasa bahwa konselor benar-benar mendengar dan memahami apa yang

telah dibicarakan. Selain itu, untuk menyamakan persepsi mengenai apa yang dibicarakan klien dengan apa yang didenger oleh konselor.

l. Leading

Leading merupakan teknik konseling individual yang dilakukan konselor untuk memimpin arah pembicaraan dengan klien apabila pembicaraan dan wawancara konseling tidak melantur atau menyimpang sehingga proses konseling akan mencapai tujuan. Dengan kata lain, teknik digunakan apabila dalam proses konseling pembicaraan klien melebar, sehingga konselor perlu untuk memimpin klien agar fokus pada permasalahan klien.

m. Fokus

Dalam proses konseling individual sering kali klien terpecah perhatiannya sehingga arah pembicaraan klien menjadi melebar. Peran konselor disini harus mampu membuat fokus dengan perhatiannya agar klien dapat memusatkan perhatian pada pokok pembicaraannya. Terdapat beberapa hal yang dapat dilakukan seorang konselor yaitu fokus pada diri klien, fokus pada orang lain yang diceritakan klien, fokus pada topik yang tegah dibicarakan klien, dan fokus mengenai budaya klien.

n. Konfrontasi

Konfrontasi adalah suatu teknik dalam konseling individual yang mana teknik ini dilakukan apabila dalam proses konseling individual, konselor menemukan bahwa gesture atau bahasa tubuh klien tidak sesuai atau tidak konsisten dengan apa yang dikatakan. Misalnya dalam proses konseling individual, klien mengatakan dalam keadaan sedih, namun ekspresi dari klien terlihat tersenyum, dalam hal ini konselor akan melakukan teknik konfrontasi.

o. Clarifying

Clarifying adalah suatu teknik dalam konseling individual untuk menjernihkan atau mengklarifikasi ucapan-ucapan klien yang terdengar samar-samar, kurang jelas, atau agak meragukan. Tujuan dari teknik clarifying ini adalah untuk meminta agar klien menyatakan pesannya kembali dengan jelas, dengan ungkapan kata-kata yang tegas, dan dengan alasan-alasan yang logis serta agar klien menjelaskan, mengulang, dan mengilustrasikan perasaannya.

p. Facilitating

Facilitating merupakan suatu teknik yang dilakukan untuk membuka komunikasi dengan klien, agar klien dengan mudah membuka pembicaraannya dengan konselor sehingga klien dapat menyatakan perasaan, pikiran, dan pengalamannya secara bebas. Teknik ini dilakukan apabila konselor mendapati klien merasa kesulitan atau keraguan dalam mengungkapkan perasaan dan pikirannya.

q. Diam

Teknik diam dalam proses konseling individual juga diperlukan. Diam ini tidak berarti bahwa tidak ada komunikasi yang terjalin antara konselor dengan klien, namun diam merupakan bahasa nonverbal yang ditunjukkan oleh konselor yang dilakukan dengan tujuan untuk menanti klien yang sedang berpikir, atau kondisi dimana konselor dalam keadaan sedang mendengarkan pembicaraan klien. Diam yang paling ideal yang dilakukan oleh konselor yakni berkisar antara 5-10 detik. Tujuan dari diam ini adalah untuk menanti klien yang sedang berpikir dan untuk menunjang perilaku attending dan empati sehingga klien bebas berbicara.

r. Mengambil Inisiatif

Teknik Mengambil inisiatif ini dilakukan konselor apabila mendapati klien kurang bersemangat untuk berbicara, hal ini dapat dilihat dari cara klien yang sering diam, dan kurang partisipatif dalam proses konseling individual. Dalam hal ini konselor akan mengucapkan

kata-kata yang mengajak klien untuk berinisiatif dalam menuntaskan diskusi. Tujuan dari teknik ini yakni untuk mengambil inisiatif jika klien kurang bersemangat untuk mengambil keputusan, dan jika klien merasa kesulitan mengambil keputusan serta jika klien kehilangan arah pembicaraan.

s. Pemberian Nasihat

Pemberian nasehat ini dilakukan oleh konselor apabila klien meminta nasehat kepada konselor. Namun meskipun demikian konselor sebaiknya mempertimbangkan nasehat yang diberikan kepada klien merupakan sesuatu hal yang pantas. Hal ini disebabkan karena pemberian nasehat tetap harus dijaga agar kemandirian yang merupakan tujuan dari konseling harus tetap dicapai.

t. Pemberian Informasi

Tidak berbeda dengan pemberian nasehat pemberian informasi ini dilakukan apabila klien meminta sebuah informasi dari konselor, artinya konselor akan memberikan informasi jika klien meminta informasi. Namun, perlu diperhatikan bahwa dalam pemberian informasi, konselor harus tetap bersikap jujur, artinya apabila konselor tidak memiliki informasi sebaiknya dikatakan kepada klien dengan apa adanya, berbeda jika konselor mengetahui informasi yang diminta oleh klien maka konselor akan mengusahakan dan memberinya informasi yang diminta klien.

u. Merencanakan

Teknik perencanaan ini dilakukan menjelang akhir sesi konseling individual. Perencanaan maksudnya adalah konselor membantu klien untuk membuat perencanaan tindakan-tindakan atau perbuatan dan hal-hal yang harus dilakukan untuk kemajuan dari klien itu sendiri.

v. Menyimpulkan

Menyimpulkan merupakan suatu teknik yang terdapat pada akhir sesi konseling individual. Dalam teknik ini konselor membantu klien untuk menyimpulkan hasil pembicaraan yang menyangkut perasaan klien setelah melakukan proses konseling. Selain itu pada tahap akhir sesi konseling, klien akan memantapkan rencana yang telah dibuat, dan pokok-pokok yang dibicarakan pada sesi berikutnya apabila sesi konseling individual masih berlanjut.

4. Tahap-tahap Konseling Individu

Layanan konseling individual bertujuan menjadikan klien dapat berdiri sendiri dan tidak tergantung pada konselor. Individu yang dibimbing setelah dibantu diharapkan dapat mandiri dengan ciri-ciri pokok mampu mengenal diri sendiri dan lingkungan sebagaimana adanya, menerima diri sendiri dan lingkungan secara positif dan dinamis, mengambil keputusan untuk dan oleh diri sendiri, serta mewujudkan diri secara optimal sesuai potensi, minat dan kompetensi yang dimiliki (Andriyani, 2018: 20).

Proses konseling terlaksana karena hubungan konseling berjalan dengan baik. Menurut Brammer (1979) dalam (Willis, 2014: 50) proses konseling adalah peristiwa yang telah berlangsung dan memberi makna bagi peserta konseling tersebut (konselor dan klien). Setiap tahapan proses konseling individu membutuhkan keterampilan-keterampilan khusus. Namun keterampilan-keterampilan itu bukanlah yang utama jika hubungan konseling individu tidak mencapai rapport. Dengan demikian proses konseling individu ini tidak dirasakan oleh peserta konseling (konselor dan klien) sebagai hal yang menjemukan. Akhirnya keterlibatan mereka dalam proses konseling sejak awal hingga akhir dirasakan sangat bermakna dan berguna. Secara umum proses konseling individu dibagi atas tiga tahapan, yaitu:

1. Tahap Awal Konseling

Tahap ini terjadi sejak klien menemui konselor hingga berjalan proses konseling sampai konselor dan klien menemukan definisi masalah klien atas dasar isu, kepedulian, atau masalah klien. Adapun proses konseling tahap awal sebagai berikut:

a. Membangun hubungan konseling yang melibatkan klien

Hubungan konseling bermakna ialah jika klien terlibat berdiskusi dengan konselor. Hubungan tersebut dinamakan *a working relationship*, yakni hubungan yang berfungsi, bermakna, dan berguna. Keberhasilan proses konseling individu amat ditentukan oleh keberhasilan pada tahap awal ini. Kunci keberhasilan terletak pada: (pertama) keterbukaan konselor. (kedua) keterbukaan klien, artinya dia dengan jujur mengungkapkan isi hati, perasaan, harapan dan sebagainya. Namun, keterbukaan ditentukan oleh faktor konselor yakni dapat dipercaya klien karena dia tidak berpura-pura, akan tetapi jujur, asli, mengerti, dan menghargai. (ketiga) konselor mampu melibatkan klien terus menerus dalam proses konseling, karena dengan demikian, maka proses konseling individu akan lancar dan segera dapat mencapai konseling individu.

b. Memperjelas dan mendefinisikan masalah

Jika hubungan konseling telah terjalin dengan baik dimana klien telah melibatkan diri berarti kerjasama antara konselor dengan klien akan dapat mengangkat isu, kepedulian, atau masalah yang ada pada klien. Sering klien tidak begitu mudah menjelaskan masalahnya, walaupun mungkin dia hanya mengetahui gejala-gejala yang dialaminya. Karena itu amatlah penting peran konselor untuk membantu memperjelas masalah klien. Demikian pula klien tidak memahami potensi apa yang dimilikinya, maka tugas konselorlah untuk membantu mengembangkan potensi, memperjelas masalah, dan membantu mendefinisikan masalahnya bersama-sama.

c. Membuat penafsiran dan penjajakan

Konselor berusaha menjajaki atau menaksir kemungkinan mengembangkan isu atau masalah, dan merancang bantuan yang mungkin dilakukan, yaitu dengan membangkitkan semua potensi klien, dan dia menentukan berbagai alternative yang sesuai bagiantisipasi masalah.

d. Menegosiasikan kontrak

Kontrak artinya perjanjian antara konselor dengan klien. Hal itu berisi: (1) kontrak waktu, artinya berapa lama diinginkan waktu pertemuan oleh klien dan apakah konselor tidak keberatan. (2) kontrak tugas, artinya konselor apa tugasnya, dan klien apa pula. (3) kontrak kerjasama dalam proses konseling. Kontrak menggariskan kegiatan konseling, termasuk kegiatan klien dan konselor. Disamping itu juga mengandung makna tanggung jawab klien, dan ajakan untuk kerja sama dalam proses konseling.

2. Tahap Pertengahan (Tahap Kerja)

Berangkat dari definisi masalah klien yang disepakati pada tahap awal, kegiatan selanjutnya adalah memfokuskan pada: (1) penjelajahan masalah klien; (2) bantuan apa yang akan diberikan berdasarkan penilaian kembali apa-apa yang telah dijelajah tentang masalah klien. Menilai kembali masalah klien akan membantu klien memperoleh perspektif baru, alternative baru, yang mungkin berbeda dari sebelumnya, dalam rangka mengambil keputusan dan tindakan. Dengan adanya perspektif baru, berarti ada dinamika pada diri klien menuju perubahan. Tanpa perspektif maka klien sulit untuk berubah.

Adapun tujuan-tujuan dari tahap pertengahan ini yaitu:

- a. Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah, isu, dan kepedulian klien lebih jauh.

Dengan penjelajahan ini, konselor berusaha agar kliennya mempunyai perspektif dan alternative baru terhadap masalahnya. Konselor mengadakan *reassessment* (penilaian kembali) dengan melibatkan klien, artinya masalah itu dinilai bersama-sama. Jika klien bersemangat, berarti dia sudah begitu terlibat dan terbuka. Dia akan melihat masalahnya dari perspektif atau pandangan yang lain yang lebih objektif dan mungkin pula berbagai alternative.

b. Menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara

Hal ini bisa terjadi jika: Pertama, klien merasa senang terlibat dalam pembicaraan atau wawancara konseling, serta menampakkan kebutuhan untuk mengembangkan potensi diri dan memecahkan masalahnya. Kedua, konselor berupaya kreatif dengan keterampilan yang bervariasi, serta memelihara keramahan, empati, kejujuran, keikhlasan dalam memberi bantuan. Kreativitas konselor dituntut pula untuk membantu klien menemukan berbagai alternative sebagai upaya untuk menyusun rencana bagi penyelesaian masalah dan pengembangan diri.

c. Proses konseling agar berjalan sesuai kontrak

Kontrak dinegosiasikan agar betul-betul memperlancar proses konseling. Karena itu konselor dan klien agar selalu menjaga perjanjian dan selalu mengingat dalam pikirannya. Pada tahap pertengahan konseling ada lagi beberapa strategi yang perlu digunakan konselor yaitu: Pertama, mengkomunikasikan nilai-nilai inti, yakni agar klien selalu jujur dan terbuka, dan menggali lebih dalam masalahnya. Kedua, menantang klien sehingga dia mempunyai strategi baru dan rencana baru, melalui pilihan dari beberapa alternative, untuk meningkatkan dirinya.

3. Tahap Akhir Konseling (Tahap tindakan)

Pada tahap akhir konseling ditandai beberapa hal yaitu:

- a) Menurunnya kecemasan klien. Hal ini diketahui setelah konselor menanyakan keadaan kecemasannya.
- b) Adanya perubahan perilaku klien ke arah yang lebih positif, sehat dan dinamis.
- c) Adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas.
- d) Terjadinya perubahan sikap positif, yaitu mulai dapat mengoreksi diri dan meniadakan sikap yang suka menyalahkan dunia luar, seperti orang tua, guru, teman, keadaan tidak menguntungkan dan sebagainya. Jadi klien sudah berfikir realistis dan percaya diri.

Tujuan-tujuan tahap akhir adalah sebagai berikut:

- a) Memutuskan perubahan sikap dan perilaku yang memadai

Klien dapat melakukan keputusan tersebut karena dia sejak awal sudah menciptakan berbagai alternative dan mendiskusikannya dengan konselor, lalu dia putuskan alternative mana yang terbaik. Pertimbangan keputusan itu tentunya berdasarkan kondisi objektif yang ada pada diri dan di luar diri. Saat ini dia sudah berpikir realistis dan dia tahu keputusan yang mungkin dapat dilaksanakan sesuai tujuan utama yang ia inginkan.

- b) Terjadinya *transfer of learning* pada diri klien

Klien belajar dari proses konseling mengenai perilakunya dan hal-hal yang membuatnya terbuka untuk mengubah perilakunya diluar proses konseling. Artinya, klien mengambil makna dari hubungan konseling untuk kebutuhan akan suatu perubahan.

- c) Melaksanakan perubahan perilaku

Pada akhir konseling klien sadar akan perubahan sikap dan perilakunya. Sebab ia datang meminta bantuan adalah atas kesadaran akan perlunya perubahan pada dirinya.

- d) Mengakhiri hubungan konseling

Mengakhiri konseling harus atas persetujuan klien. Sebelum ditutup ada beberapa tugas klien yaitu: pertama, membuat kesimpulan-kesimpulan mengenai hasil proses konseling; kedua, mengevaluasi jalannya proses konseling; ketiga, membuat perjanjian untuk pertemuan berikutnya.

Sedangkan tahapan konseling individu menurut (Prayitno, 2004: 25) terbagi atas lima tahapan, yaitu:

- a. Tahap pengantaran, yaitu tahapan yang di dalamnya menerima klien, kehangatan, keterbukaan, penerimaan positif dan penghargaan, jarak duduk, sikap duduk, kontak mata, ajakan terbuka untuk berbicara, dan penstrukturan.
- b. Tahap penjajakan, yaitu tahapan yang memberikan pertanyaan terbuka, konfrontasi, refleksi, suasana diam, dan kontak psikologis.
- c. Tahap penafsiran, yaitu tahapan yang memberikan penjelasan-penjelasan atau pengertian tentang suatu keadaan. Dalam konseling memberikan penafsiran dilakukan untuk membantu klien agar dapat memahami kejadian-kejadian dengan memberikan beberapa pandangan yang mungkin berkenaan dengan masalah yang dialaminya.
- d. Tahap pembinaan, yaitu tahapan pemberian contoh, pemberian informasi, pemberian nasehat, kursi kosong, relaksasi, desensitisasi, dan alih tangan.
- e. Tahap penilaian, yaitu tahapan yang memberikan penilaian segera, penilaian jangka pendek, dan penilaian jangka panjang.

4. Pendekatan Konseling Individu

Adapun bentuk pendekatan konseling yang dapat diterapkan dalam mengatasi stres pada korban kekerasan dalam rumah tangga yaitu:

a. Pendekatan behavioristik

Peran konselor dalam pendekatan behavioristik adalah aktif dan direktif, aktif untuk melakukan intervensi dan membawa konseli dalam perubahan perilaku yang diharapkan, sedangkan direktif dimaknai sebagai upaya konselor untuk memberikan arahan secara langsung kepada konseli.

Peran sentral dari pola ini bertujuan pada intervensi krisis yang dilakukan oleh konselor kepada konseli sehingga konselor diharapkan memahami tentang coping skills, problem solving, cognitive restructuring dan structural cognitive therapy. Pendekatan krisis yang dilakukan oleh konselor merupakan realisasi dari clinical therapeutic menjadi ciri utama dalam pendekatan behavioristik.

Dalam proses konseling, pendekatan behavior merupakan suatu proses di mana konselor membantu konseli untuk belajar memecahkan masalah interpersonal, emosional dan keputusan tertentu yang bertujuan untuk adanya perubahan perilaku pada konseli. Pemecahan masalah dan kesulitannya dengan keterlibatan penuh dari konselor. Pendekatan behavioristik dalam konseling dipengaruhi oleh; kelebihan dan perilaku konseli, jenis problematika, jenis penguatan yang dilakukan dan orang lain yang memiliki arti tertentu bagi kehidupan konseli dalam perubahan perilakunya. Dalam pelaksanaannya, pendekatan behavioristik memiliki kontribusi yang cukup berarti dalam konseling dan psikoterapi. (Sanyata, 2012: 9).

b. Pendekatan Humanistik

Pendekatan ini didasarkan pada kesadaran diri sendiri, kebebasan untuk memilih dan tanggungjawab merupakan landasan kesadaran diri. Karena itu konseling dengan menggunakan pendekatan humanistik adalah untuk berfokus kepada kondisi manusia. Manusia bebas menjadi apa dan siapa sesuai dengan keinginannya. Karena manusia yang bertanggungjawab atas segala yang dilakukannya. Pada konseling humanistik yang paling diutamakan adalah hubungannya dengan klien. Kualitas dari dua orang yang saling bertatap muka dalam situasi konseling merupakan stimulus terjadinya perubahan-perubahan yang positif, atau konseling sering juga dikonseptualisasikan sebagai dialog antara individu dengan individu lainnya. (Zulfikar et al., 2017: 147-148).

Dengan pendekatan humanistik, konselor dapat memberikan kebebasan untuk klien menentukan nasibnya sendiri. Mereka menekankan

pentingnya konselor menemukan potensi kliennya yang unik. Mereka percaya pada pentingnya memfasilitasi klien untuk memahami diri mereka sendiri berkenaan dengan potensi unik dari diri mereka.

c. Pendekatan Konseling Psikodinamik

Konseling dengan pendekatan psikodinamika ini merupakan perhatian pada kemampuan konselor untuk membangun hubungan yang dapat membantu keterbukaan, mengeksplorasi perasaan klien dan rasa dilema yang dialami oleh klien di dalam kehidupan sehari-hari. Tujuan dari konseling ini adalah untuk membantu klien mencapai kesadaran dan pemahaman terhadap alasan dibalik masalahnya, kemudian menerjemahkan kesadaran ini kedalam kemampuan yang matang dalam menghadapi berbagai masalah di masa yang akan mendatang. (Kibtiyah, 2014: 367).

d. Pendekatan Konseling Realitas

Konseling menggunakan pendekatan realitas adalah salah satu metode yang mengajak konseli untuk lebih fokus lagi pada perilaku yang dilakukannya saat ini. Terapi realitas membantu konseli agar mampu untuk menghadapi segala realita yang terjadi dengan optimis. Menurut (Glasser, 2000) pencapaian identitas sukses terikat pada konsep 3R yaitu keadaan dimana individu dapat menerima kondisi yang dihadapinya, dicapai dengan menunjukkan total behavioral, yakni melakukan sesuatu, berfikir, merasakan, dan menunjukkan respons fisiologis secara bertanggung jawab, sesuai realita, dan benar. (Bariyyah et al., 2018:2).

B. Stres

1. Pengertian Stres

Pengertian stres menurut Haber dan Runyon (1984) adalah konflik yang berupa tekanan eksternal dan internal serta permasalahan lainnya dalam kehidupan. Lazarus dan Folkman (1984) memberikan pengertian stres adalah keadaan atau situasi yang rumit dan dinilai sebagai keadaan yang menekan dan membahayakan individu serta telah melampaui sumber daya yang dimiliki individu untuk mengatasinya. Selye (1982) yang dianggap sebagai pelopor

penggunaan istilah stres, mendefinisikan stres sebagai respon umum dan tidak spesifik terhadap setiap tuntutan fisik maupun emosional, baik dari lingkungan (eksternal) maupun dari dalam diri (internal). Robins (2001) mengatakan bahwa stres adalah suatu kondisi dinamik, dalam hal ini seorang individu dihadapkan dengan sebuah peluang yang dikaitkan dengan apa yang sangat diinginkannya. Stres tidak hanya mempunyai nilai negatif, tetapi juga positif. Stres merupakan suatu peluang bila stres itu menawarkan perolehan yang potensial. Stres juga sebagai kendala jika dapat menghambat seseorang mengerjakan apa yang diinginkannya (Maryam, 2016: 336-337).

Dalam beberapa pengertian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa stres adalah reaksi fisik maupun psikologis yang terjadi ketika seseorang dihadapkan pada sebuah hambatan, tekanan, atau perubahan lingkungan yang berlebihan sehingga hal tersebut dapat mengancam kesejahteraannya.

2. Macam-macam Stres

Selye (1975) membagi stres menjadi 2, yakni eustress dan distress.

- a. Eustress berarti stres yang baik. Stres yang ini menantang kamu untuk menjadi lebih maju, dan kamu bersemangat menghadapinya. Eustress sendiri yaitu hasil dari respon terhadap stres yang bersifat sehat, positif, dan konstruktif. Hal tersebut termasuk kesejahteraan individu dan juga organisasi yang diasosiasikan dengan pertumbuhan, fleksibilitas, kemampuan adaptasi, dan tingkat performance yang tinggi.
- b. Distress berarti stres yang buruk. Stres yang ini membuat kita terkadang bermalas-malasan, tidak memiliki semangat, dan mudah terbawa emosi. Stres ini memiliki dampak negatif. Distress sendiri yaitu hasil dari respon terhadap stres yang bersifat tidak sehat, negatif, dan destruktif. Hal tersebut termasuk konsekuensi individu dan juga organisasi seperti penyakit kardiovaskular dan tingkat ketidakhadiran yang tinggi, yang diasosiasikan dengan keadaan sakit, penurunan, dan kematian. (Verly, 2018: 4).

Alva (2003) mengklasifikasikan stres menjadi dua jenis, yaitu stres akut dan stres kronis. Stres akut, yang berjangka waktu tidak lama, adalah

reaksi segera terhadap ancaman, yang secara umum diketahui sebagai respons melawan atau menghindar. Ancaman tersebut dapat berupa setiap situasi yang dialami, bahkan di bawah sadar, sebagai sesuatu yang berbahaya. Sumber stres akut pada umumnya meliputi keributan, kerumunan, terisolasi, kelaparan, bahaya, infeksi, dan membayangkan suatu ancaman atau mengingat peristiwa yang berbahaya. Orang yang sering mengalami berbagai situasi yang sifatnya mencekam secara terus menerus dalam waktu yang lama akan mendorong untuk bertindak maka stres menjadi kronis. Sumber stres kronis pada umumnya meliputi peristiwa yang sangat menekan secara terus-menerus, masalah-masalah hubungan jangka panjang, kesepian, dan kekhawatiran akan finansial karena kepala rumah tangga sebagai pencari nafkah menjadi korban bencana. Ini banyak dialami oleh para pengungsi, seperti di tempat penampungan atau barak-barak dalam jangka waktu lama. Mereka berada dalam situasi ketidakpastian terutama dalam kehidupannya di masa mendatang. (Maryam, 2016: 337).

Stres adalah salah satu aspek tak terhindarkan dalam kehidupan manusia, namun seringkali kita lupa seberapa besar pengaruhnya terhadap kesehatan mental dan fisik kita. Stres dapat memiliki dampak yang sangat negatif jika tidak dikelola dengan baik. Pada kesehatan mental, stres dapat menjadi pemicu utama berupa masalah, termasuk kecemasan, depresi, dan gangguan tidur. Ketika stres menjadi kronis atau berlarut-larut, dampak psikologisnya dapat merusak kualitas hidup kita secara signifikan. Gangguan kesehatan mental diartikan sebagai suatu kondisi mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri dengan kondisi lingkungan. Ketidakberdayaan dalam mengatasi suatu permasalahan yang pada akhirnya menimbulkan stres berlebihan yang membentuk kesehatan mental individu tersebut menjadi sensitif maupun rentan hingga dinyatakan mengalami gangguan kesehatan mental (Nihayah, et al., 2022: 4).

3. Gejala Stres

Gejala stres mencakup gejala psikis, fisik dan perilaku, misalnya gejala psikis kelelahan mental, diikuti gejala fisik seperti gangguan kulit, dan

perubahan perilaku yaitu penurunan kualitas hubungan interpersonal. Menurut Cox dan Ferguson (1991), stres berkembang secara bertahap, tetapi gejala-gejalanya dapat dikenali sejak dini. Allen (2001) mengidentifikasi gejala-gejala orang mengalami stres, baik secara fisik, mental, maupun psikologis. Gejala-gejala tersebut adalah: Pikiran-pikiran menakutkan, ada gangguan pikiran bersaing, tidak yakin atau ragu-ragu, tidak logis lupa kecurigaan lekas marah, kecemasan, depresi, gusar atau marah-marah, kesepian, rendah diri, gangguan perut, kelelahan, sakit punggung, sakit kepala, sembelit, diare, dada sumpek, kebiasaan tidur yang buruk, kebiasaan bangun yang buruk, berbicara cepat, menggunakan obat-obatan, mengendarai dengan sembrono, merokok berlebihan, dan minum alkohol berlebihan (Maryam, 2016: 338-339).

Menurut (Suganda & Dilan, 2014) Stres dibagi menjadi tiga tingkatan yaitu stres ringan, sedang, dan berat, diantaranya:

1. Stres ringan adalah stres yang tidak merusak aspek fisiologis. Stres ringan sering dialami pada kehidupan sehari-hari dan kondisi ini dapat membantu seseorang untuk waspada. Stres ringan tidak akan menimbulkan penyakit kecuali jika terjadi berkepanjangan.
2. Stres sedang dapat memberikan respon berupa gangguan pada lambung dan usus misalnya diare dan konstipasi. Stres sedang juga dapat mengakibatkan gangguan pola tidur, perubahan siklus menstruasi, menurunnya daya konsentrasi dan daya ingat. Stres ini terjadi lebih lama dibandingkan dengan stres ringan.
3. Stres berat adalah stres kronis yang dapat dialami dalam jangka waktu yang lama antara beberapa minggu hingga bulan, contohnya adalah gangguan pencernaan berat, nyeri dada, sesak napas, tremor, perasaan cemas dan takut yang meningkat, mudah bingung dan panik.

C. Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)

1. Pengertian Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)

Menurut Maryatul Kibtyah (2014) permasalahan yang sering muncul dalam kehidupan berkeluarga adalah masalah ekonomi yang belum mapan, perbedaan watak/temperamen dan perbedaan kepribadian yang terlalu tajam antara suami istri, ketidakpuasan dalam hubungan seksual, kejenuhan rutinitas, hubungan antar keluarga yang kurang baik, adanya orang ketiga diantara suami/istri, masalah harta dan warisan, menurunnya perhatian dari kedua belah pihak, poligami dan perceraian (Kibtyah, 2014: 365).

Kekerasan dalam rumah tangga menurut UU No. 23 Tahun 2004 adalah setiap perbuatan terhadap seseorang terutama Perempuan, yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis dan/atau penelantaran rumah tangga termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dalam lingkup rumah tangga (Djannah et al., 2007: 16).

Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) dapat diartikan sebagai tindakan kekerasan yang dilakukan oleh seorang pengasuh, orangtua, atau pasangan. KDRT dapat ditunjukkan dalam berbagai bentuk, di antaranya: kekerasan fisik, penggunaan kekuatan fisik; kekerasan seksual, setiap aktivitas seksual yang dipaksakan; kekerasan emosional, tindakan yang mencakup ancaman, kritik dan menjatuhkan yang terjadi terus menerus; dan mengendalikan untuk memperoleh uang dan menggunakannya (Oktasari et al., 2018: 14).

Dari berbagai pengertian Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) di atas, maka dapat disimpulkan bahwa Kekerasan dalam Rumah tangga (KDRT) adalah suatu perbuatan terhadap seseorang yang menimbulkan kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis dan atau penelantaran rumah tangga yang dilakukan oleh orang-orang yang berada dalam lingkup rumah tangga.

2. Bentuk-bentuk Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)

Isu kekerasan perempuan dalam rumah tangga di Indonesia masih dipandang biasa, dan menganggap itu sebuah dinamika kehidupan yang harus dijalani. Sehingga banyak perempuan rumah tangga yang tidak berani untuk melaporkan kekerasan yang dialaminya karena beranggapan itu sebuah aib dalam keluarga yang tidak seharusnya orang lain mengetahuinya. Fenomena kekerasan tersebut seolah seperti gunung es. Artinya bahwa kasus yang terungkap (publik) hanyalah sebagian kecil dari bentuk kekerasan pada perempuan dalam rumah tangga yang belum terekspose kepermukaan. Tentu ini menjadi tugas semua pihak bahwa segala bentuk kekerasan harus dihilangkan, khususnya pada perempuan. Adapun bentuk-bentuk kekerasan dalam rumah tangga, yakni:

- a. Kekerasan Fisik, yakni perbuatan yang mengakibatkan rasa sakit, jatuh sakit, atau luka berat. Kekerasan fisik dapat dicontohkan seperti menendang, menampar, memukul, menabrak, menggigit dan lain sebagainya. Perbuatan yang mengakibatkan rasa sakit tersebut tentu harus mendapatkan penanganan medis sesuai kekerasan yang dialaminya. Akibat dipukul dan dianiaya juga dapat menyebabkan kematian atau cedera lainnya (Harnoko, 2010: 182).
- b. Kekerasan Psikis, yakni perbuatan yang mengakibatkan ketakutan, hilangnya rasa percaya diri, hilangnya kemampuan untuk bertindak, rasa tidak berdaya, dan/ atau penderitaan psikis berat pada seseorang. Dapat dicontohkan seperti perilaku mengancam, mengintimidasi, mencaci maki/ penghinaan, bullying dan lain sebagainya. Kekerasan psikis ini apabila terjadi pada anak tentu akan berdampak pada perkembangan dan psikis anak, sehingga cenderung mengalami trauma berkepanjangan. Hal ini juga dapat terjadi pada perempuan.
- c. Kekerasan Seksual, yakni setiap perbuatan yang berupa pemaksaan hubungan seksual, pemaksaan hubungan seksual dengan cara tidak wajar dan/atau tidak disukai, pemaksaan hubungan seksual dengan orang lain untuk tujuan komersial dan/atau tujuan tertentu, yang

meliputi: (a) pemaksaan hubungan seksual yang dilakukan terhadap orang yang menetap dalam lingkup rumah tangga tersebut; (b) pemaksaan hubungan seksual terhadap salah seorang dalam lingkup rumah tangganya dengan orang lain untuk tujuan komersial dan/atau tujuan tertentu. Bentuk kekerasan seksual inilah yang biasa banyak terjadi pada perempuan, karena perempuan tergolong rentan.

d. Penelantaran Rumah Tangga, yakni perbuatan menelantarkan orang dalam lingkup rumah tangga, padahal menurut hukum yang berlaku bagi yang bersangkutan atau karena persetujuan atau perjanjian ia wajib memberikan kehidupan, perawatan, serta pemeliharaan kepada orang tersebut. Penelantaran juga berlaku bagi setiap orang yang mengakibatkan ketergantungan ekonomi dengan cara membatasi dan/atau melarang untuk bekerja yang layak di dalam atau di luar rumah sehingga korban berada di bawah kendali orang tersebut. Dilihat dari penjelasan pasal tersebut, penelantaran rumah tangga tidak hanya disebut sebagai kekerasan ekonomi, namun juga sebagai kekerasan kompleks. Artinya bahwa bukan hanya penelantaran secara finansial (tidak memberi nafkah, tidak mencukupi kebutuhan, dll) melainkan penelantaran yang sifatnya umum yang menyangkut hidup rumah tangga (pembatasan pelayanan kesehatan dan pendidikan, tidak memberikan kasih sayang, kontrol yang berlebihan, dll). (Santoso, 2019: 43-45).

3. Faktor Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)

Beberapa faktor penyebab terjadinya Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) (Oktasari et al., 2018: 14-15), yaitu:

a. Perselingkuhan

Perselingkuhan yang dimaksud adalah pengkhianatan yang dilakukan oleh suami dengan perempuan lain ataupun suami menikah lagi.

b. Masalah ekonomi

Laki-laki sebagai kepala keluarga tidak merasa bertanggungjawab dalam memberikan nafkah keluarga. Dengan kata lain, suami tidak memberikan nafkah kepada keluarga.

c. Budaya patriarki

Budaya patriarki merupakan sistem yang menempatkan ayah sebagai penguasa, sehingga dalam masyarakat istilah ini diartikan bahwa laki-laki berkuasa atas perempuan. Dengan kata lain, laki-laki mendapatkan tempat utama dalam kehidupan.

d. Campur tangan pihak ketiga

Campur tangan pihak ketiga yang dimaksud adalah adanya campur tangan dari pihak keluarga suami sehingga istri tidak merasa nyaman.

e. Bermain judi

Bermain judi merupakan sesuatu yang dilarang. Namun, bermain judi dapat memberikan kesenangan sehingga lupa akan segalanya termasuk keluarga.

f. Perbedaan prinsip

Prinsip menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia merupakan asas (kebenaran yang menjadi pokok dasar berpikir, bertindak, dan sebagainya) ataupun dasar. Seseorang yang telah memiliki dasar dalam berperilaku maka akan selalu berpegang pada prinsip yang diyakininya. Apabila ada orang lain yang mencoba untuk menggoyahkan prinsip tersebut maka seseorang akan tersinggung dan tidak terima. Dengan kata lain, hal tersebut dapat menjadi pemicu terjadinya KDRT.

4. Dampak Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)

Tindak Kekerasan yang terjadi terhadap perempuan dan anak dalam rumah tangga tidak hanya berdampak pada kondisi fisik akan tetapi juga kondisi psikologis. Anak yang mendapat tindak kekerasan dalam rumah tangga cenderung memiliki sikap tertutup yang dipenuhi oleh rasa takut. Kekerasan yang berlangsung dan terjadi secara berulang-ulang

merupakan situasi yang menyakitkan dan menekan seseorang yang mengalaminya. Setiap perbuatan yang menimbulkan tekanan, ancaman, tindakan kriminal termasuk dalam problematika sosial. Kondisi seperti ini amat sanga menyakitkan dan cenderung menimbulkan tekanan-tekanan yang berakibat pada terganggunya psikis seseorang. Seorang istri yang mengalami tindak kekerasan fisik maupun kekerasan seksual berdampak pada krisis psikologis yang semakin membuatnya tertekan dan tidak dapat percaya diri. Tidak hanya itu, kekerasan seksual menimbulkan penderitaan bagi seorang istri dimana ia akan kehilangan disfungsi seksual dan penyakit di daerah kewanitaannya. (Setyaningrum et al., 2019: 16).

Dampak kekerasan yang dialami seseorang akan menimbulkan stres, depresi, bahkan dapat menjadi gangguan jiwa kepada seseorang jika tidak memiliki mental dan spiritual yang kuat untuk menghadapi kekerasan yang dialami (Sucipto, 2020: 59). Dampak langsung yang dialami oleh perempuan dalam kasus KDRT ini sama halnya seperti yang diungkapkan oleh Hadi dan Aminah (2002) dalam bukunya yang berjudul *Kekerasan Dibalik Cinta* yang mana KDRT sering dialami oleh perempuan sebagai anggota keluarga memiliki dampak buruk bagi fisik dan psikis perempuan. Fenomena kekerasan dalam rumah tangga ini juga memiliki dampak yang tidak hanya berdampak langsung pada aspek fisik dan psikologis saja tetapi juga seperti seksual dan sosial. Individu yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga cenderung merasa trauma, depresi, stres, psikosomatis bahkan sampai pada gangguan tidur atau makan (Ernawati et al., 2019).

Dampak kekerasan semakin menumpuk diperparah bila tidak mendapatkan penanganan khusus dan intensif. Akibatnya, akumulasi emosi negatif berdampak pada kondisi kepribadian, seperti sikap negatif terhadapnya, mengasingkan diri dari lingkungan sosial, rendah diri, merasa tidak mampu dan tidak berguna (Himawati et al., 2020: 41).

D. Urgensi Konseling Individu dalam Mengatasi Stres pada Korban Kekerasan dalam Rumah tangga (KDRT) di WCC Mawar Balqis Cirebon

Upaya penanganan tindak kekerasan pada korban KDRT diberikan melalui beberapa bantuan guna penyelesaian kasus tersebut seperti: 1) memberikan bantuan konseling dengan bekerjasama dengan Psikolog, 2) bekerjasama dalam hal penanganan medis, 3) pendampingan dan bantuan hukum, serta 4) rumah aman yang bentuknya kemitraan. Dari beberapa upaya tersebut, makalah ini fokus akan membahas layanan konseling bagi korban KDRT. Layanan konseling untuk korban KDRT merupakan bantuan yang diberikan kepada korban KDRT untuk membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi korban sehingga korban mampu menjalani kehidupan efektif sehari-harinya. Seperti yang dijelaskan Cahaya Perempuan Women Crisis Center (2011) layanan konseling untuk korban KDRT merupakan kegiatan mendengarkan dan membantu korban KDRT agar dapat menghadapi masalahnya dan dapat menyatakan pilihan-pilihan untuk menanggulangi masalah tersebut.

Hidup selaras dengan apa yang sudah ditentukan oleh Allah, yaitu artinya sesuai dengan kodrat yang ditentukan sesuai dengan hakikatnya sebagai makhluk, seperti yang diajarkan oleh Rasul-Nya. Akan tetapi manusia juga memiliki beberapa problem hidup yang dialami dan kekerasan dalam rumah tangga masih menjadi momok untuk para korban KDRT. Perceraian di dalam agama Islam dibenci oleh Allah Swt, akan tetapi diperbolehkan untuk kebaikan korban yang mengalami KDRT. Karena jika korban tidak mendapatkan penanganan dalam kasus KDRT, maka korban akan mengalami gangguan kesehatan mental dan kesehatan spiritualnya akan terganggu dan mengakibatkan korban KDRT trauma dan memutuskan untuk bercerai dengan pasangannya (Akhmadi, 2016: 379).

Di dalam Al – Qur'an, Islam secara tegas melarang terjadinya KDRT. Allah berfirman dalam Surah An – Nisa ayat 34:

الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا
أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ فَالصَّالِحَاتُ قَنَاطٌ حَفِظَتْ لِّلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ وَالتِّي

تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَاهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَاضْرِبُوهُنَّ فَإِنْ أَطَعْنَكُمْ فَلَا تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلًا إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا كَبِيرًا ﴿٣٤﴾

Artinya: “Laki-laki (suami) itu pelindung bagi perempuan (istri), karena Allah telah melebihkan sebagian mereka (laki-laki) atas sebagian yang lain (perempuan), dan karena mereka (laki-laki) telah memberikan nafkah dari hartanya. Maka perempuan-perempuan yang saleh adalah mereka yang taat (kepada Allah) dan menjaga diri ketika (suaminya) tidak ada, karena Allah telah menjaga(mereka). Perempuan-perempuan yang kamu khawatirkan akan nusyuz, hendaklah kamu berinasihat kepada mereka, tinggalkanlah mereka di tempat tidur (pisah ranjang), dan (kalau perlu) pukullah mereka. Tetapi jika mereka menaatimu, maka janganlah kamu mencari-cari alasan untuk menyusahkannya. Sungguh, Allah Mahatinggi, Maha besar.”

Dalam Islam, konseling dikenal sebagai Irsyad, yaitu salah satu bentuk kegiatan dakwah yang dilakukan oleh seseorang dalam memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan dalam hidupnya, agar ia bisa mengatasi permasalahannya sendiri, karena timbul kesadaran atau penyerahan diri untuk menerima ketetapan takdir Allah Swt. Sehingga dalam dirinya timbul suatu harapan kebahagiaan hidup saat ini dan di masa depan. Dengan demikian, Irsyad merupakan dakwah dari segi bentuk kegiatannya, sedangkan terapi merupakan salah satu fungsi dari Irsyad. Proses Irsyad itu sendiri dapat berlangsung dalam konteks dakwah nafsiyah, fardiyah, dan fi’ah. (Siahaan et al., 2017: 7).

Dakwah Islam hakekatnya adalah aktualisasi dari iman yang diwujudkan dalam sistem kegiatan manusia sehari-hari, dilakukan secara teratur yang mempengaruhi pola pikir, sikap, dan tindakan (Riyadi dan Adinugraha, 2021: 13). Lahmuddin Lubis dalam Tarmizi mengungkapkan bahwa bimbingan Islam yaitu proses pemberian bantuan dari seorang pembimbing atau konselor kepada konseli, dan pada pelaksanaannya seorang konselor tidak boleh memaksakan kehendak dan mewajibkan konseli agar mengikuti seluruh saran konselor, akan tetapi konselor hanya sekedar memberikan arahan, bimbingan, dan juga bantuan. Hal ini juga telah ditegaskan di dalam Al-Qur’an Surah Ali Imron ayat 104:

وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ
وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ۖ

Artinya: “Hendaklah ada diantara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyeru kepada yang ma’ruf dan mencegah dari yang munkar. Merekalah orang-orang yang beruntung” (QS. Ali Imron: 104).

Dari penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa melalui bimbingan dan konseling individu sangatlah diperlukan untuk dapat membantu konseli agar dapat mengenali, mengekspresikan, dan memahami tingkatan perasaan mereka terhadap pelaku kekerasan serta membantu konseli agar mampu menemukan solusi dalam menyelesaikan permasalahannya. Tarmizi mengungkapkan bahwa melalui bimbingan konseling Islam mampu membantu konseli untuk dapat memecahkan masalah atau mencari solusi melalui nilai-nilai ajaran Islam yang mampu membangkitkan spiritual dalam dirinya, sehingga manusia mendapatkan dorongan dan mampu untuk mengatasi masalah yang dihadapinya serta mendapatkan kehidupan yang selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat (Tarmizi, 2016; 33).

BAB III

**LAYANAN KONSELING INDIVIDU DALAM MENGATASI STRES
PADA KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA (KDRT) DI
WOMEN CRISIS CENTER (WCC) MAWAR BALQIS CIREBON**

A. Gambaran Umum Women Crisis Center (WCC) Mawar Balqis Cirebon

1. Sejarah berdirinya Women Crisis Center (WCC) Mawar Balqis Cirebon

Tahun 2000 lahirlah sebuah pergerakan yang dipelopori kaum perempuan Cirebon. Gerakan ini lahir dari garda pergerakan perempuan yang dipimpin oleh Ibu Sinta Nuriyah “Puan Amal Hayati”, sebuah gerakan yang membela dan memperjuangkan hak-hak kaum perempuan. Pada awal pendirian, gerakan yang berbasis pesantren ini telah melakukan MoU dengan Pemda Kabupaten Cirebon, Rumah Sakit Umum Arjawinangun, dan Polres Cirebon. MoU ini diresmikan pada tanggal 13 Mei 2001, dengan mengusung tema “Bedug Gerakan Anti Kekerasan Terhadap Perempuan”.

Dalam waktu yang relatif singkat, Puan Amal Hayati yang beralamat hingga sekarang di Arjawinangun ini melepaskan diri dari induk semangnya, dan otonomi menjadi WCC Balqis pada Januari 2002, dengan diprakarsai oleh Dewan Pendiri, antara lain: Ketua (Hj. Lilik Nh. Fuady), wakil ketua (Hj. Dra. Ohan Hanifah, MA), sekretaris (Hj. Lili Faridah, S.Ag), bendahara (Hj. Dra. Masrohah), Konsultan KH. Hussein Muhammad dan Kiai Muda H. Faqihudin Abdul Kodir, MA.

Pada tahun 2004, bersamaan dengan diselenggarakannya Strategic Planning (SP) sebagai salah satu program penguatan lembaga. WCC Balqis mempercantik panggilannya dengan WCC Mawar Balqis. Perubahan nama ini bukan tanpa maksud, yakni berharap semakin sukses dalam melakukan perjuangan menciptakan masyarakat yang penuh cinta kasih, damai, adil gender, bebas dari kekerasan penuh

mawaddah warrahmah. Kata Mawar disamping kependekan dari mawaddah warrahmah, juga mengandung makna bermacam-macam. Misalnya sebagai lambang kesehajaan, keharuman, keanggunan, kedamaian dan sebagainya. Sedangkan kata Balqis melambangkan simbol kekuatan, kegigihan, dan keagungan bagi perempuan sehingga mampu untuk menjadi seorang pemimpin.

WCC Mawar Balqis bergerak dalam bidang pendampingan, advokasi serta pemberdayaan terhadap perempuan korban kekerasan. Baik kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), perkosaan, pelecehan seksual, kekerasan psikis, maupun korban trafiking. Pada awal berdirinya, WCC Mawar Balqis berjuang dan didukung dari basis komunitas, baik dalam melakukan program sosialisasi, pendampingan dan advokasi maupun pemberdayaan ekonomi. Mengingat klien yang didampingi makin tahun makin meningkat, maka Balqis didukung dengan penyandang dana dan unsur penting lainnya memadukan dan mengembangkan eksistensi dari basis komunitas menjadi basis institusi.

WCC Mawar Balqis dipimpin oleh seorang direktur yang dibantu manager, bagian administrasi serta keuangan. Bersama personal-personal yang menjalankan visi dan fungsinya masing-masing sesuai tugas di bidangnya. Balqis dari waktu ke waktu belajar dan bertekad meningkatkan kapasitas dengan melakukan capacity building, dalam rangka memberi pelayanan dan pemberdayaan pada klien dengan sebaik-baiknya. Ada satu hal terpenting yang ditanamkan dalam WCC Mawar Balqis, yakni keikhlasan memperjuangkan hak-hak kaum perempuan.

Melakukan pendampingan dan advokasi terhadap perempuan korban kekerasan, bukanlah hal yang mudah dan sederhana. Selain membutuhkan skill yang tepat serta perspektif gender yang mapan, juga benar-benar membutuhkan keikhlasan, kesabaran, keuletan, kecerdasan spiritual dan emosional, ketelatenan yang berkelanjutan

sehingga pendampingan dianggap cukup. Dalam melakukan pendampingan, WCC Mawar Balqis tidak dapat bekerja sendiri, karena memang terkait dengan pihak-pihak lain seperti jaringan masyarakat baik di tingkat daerah maupun nasional, SKPD terkait, Rumah Sakit, Kepolisian, Pengadilan Negeri, Pengadilan Agama, Kejaksaan, Pemda, tokoh Masyarakat dan Tokoh Agama, serta stakeholder di tingkat desa. Oleh karena itu, membangun kerja sama yang efektif secara berkelanjutan dengan semua mitra menjadi sebuah kebutuhan yang niscaya. Untuk itu juga dilakukan beberapa MoU dengan beberapa pihak, meski tentunya di lapangan tetap ditemukan banyak tantangan dan hambatan dalam melaksanakan kerjakerja pendampingan pada para korban.

Mengubah perspektif masyarakat merupakan tugas yang sangat berat. Bahkan dapat dikatakan seperti membongkar gunung es yang sudah mapan bekunya. Bicara soal perspektif masyarakat, berarti bicara soal budaya dan sistem masyarakat. Sementara itu entah siapa yang bertanggung jawab-peristiwa sejarah terlanjur membangun gunung dan lautan budaya serta peradaban “patriarkhi” yang kokoh menjulang tinggi, terhampar luas lepas nyaris tanpa batas, dan dalam sulit terukur. Hingga hari ini, budaya patriarkhi yang membelenggu kaum perempuan ini masih lekat dengan sistem masyarakat dimanapun berada. Budaya ini kiranya yang menjadi salah satu tantangan dan hambatan yang cukup serius bagi perjuangan WCC Mawar Balqis. Pada sisi inilah, WCC Mawar Balqis harus terus meningkatkan kapasitas, mengukur kemampuan, banyak belajar dan berbagi tugas dengan jejaring yang ada, karena tentunya kerja berat tadi tidak akan dapat dilakukan sendiri. Khususnya mengenai bagaimana memberi pencerahan kepada masyarakat tentang wacana gender dan pendampingan pada kelompok rentan. Di bidang ini WCC Mawar Balqis masih harus belajar banyak. Dari waktu ke waktu, Balqis masih

harus meningkatkan kapasitas lembaganya dalam berbagai bidang untuk meningkatkan pelayanan dan pemberdayaan pada klien.

Keberadaan WCC Mawar Balqis di Cirebon turut memberikan warna dalam kebijakan daerah yang terkait pada perlindungan perempuan. WCC Mawar terlibat aktif dalam kerja-kerja gugus tugas P2TP2A di daerah dan mempengaruhi kebijakan daerah yang ada, diantaranya adalah memfasilitasi adanya SOP di gugus tugas P2TP2A Kabupaten Cirebon untuk layanan dan mekanisme rujukan bagi perempuan korban kekerasan, mendorong adanya Perdes Pelindungan Perempuan dan anak di 2 desa, selalu dilibatkan secara aktif dalam Musrenbang Kabupaten dan juga menjadi rujukan dalam upaya penanganan kekerasan terhadap perempuan yang komprehensif dan responsive gender. Salah satu bentuk pertanggungjawaban dan juga upaya advokasi yang dilakukan oleh WCC Mawar Balqis adalah dengan meluncurkan catatan Tahunan lembaga yang menggambarkan kondisi kekerasan terhadap perempuan di wilayah Cirebon serta kebutuhan para korban, serta tantangan dan hambatan yang ditemui dalam upaya pemenuhan hak-hak korban. WCC Mawar Balqis yang saat ini beralamat di Jl. Sutan Syahrir no.22 Desa Arjawinangun Kecamatan Arjawinangun Kabupaten Cirebon juga berupaya menguatkan jejaring di daerah dengan terus mendorong kelompok muda di lembaga pendidikan tinggi di daerah untuk ikut terlibat aktif dalam upaya-upaya pencegahan dan penanganan kekerasan terhadap perempuan.

2. Visi, Misi, Tujuan, dan Kegiatan

a. Visi

Terwujudnya masyarakat tanpa kekerasan, demokratis, berkeadilan gender dengan penuh cinta kasih (mawaddah wa rahmah).

b. Misi

1. Merubah cara pandang diskriminatif terhadap perempuan.

2. Membangun komunitas yang berdaya melalui gerakan kultural di masyarakat dan pesantren.
3. Mendampingi, melayani, dan memberdayakan perempuan korban kekerasan yang berkeadilan gender dengan semangat mawaddah wa rahmah (mawar).
4. Menjadikan WCC Mawar Balqis sebagai organisasi yang kompeten dan mandiri dalam memberikan pelayanan terhadap korban kekerasan berbasis gender.

c. Tujuan

1. Menumbuhkan kesadaran gender atas berbagai masalah kekerasan yang ada pada nilai-nilai sosial, agama, produk hukum dan politik.
2. Mendorong para perempuan korban kekerasan lebih berdaya secara sosiologis dan ekonomi.

d. Kegiatan

1. Pendampingan
2. Advokasi
3. Pemberdayaan untuk Perempuan korban kekerasan.

3. Struktur keanggotaan Women Crisis Center (WCC) Mawar Balqis Cirebon

Struktur Women Crisis Center (WCC) Mawar Balqis Cirebon

Pengawas	: KH. Husein Muhammad Dr. Faqihudin Abdul Qodir
Dewan Kebijakan	: Hj. Lilik Nh. Fuady, S.Ag Dr. Hj. Ohan Hanifah
Direktur	: Dra. Hj. Masrokhah
Manger Keuangan & Adminstrasi	: Muhammad Saeful Islam, S.Psi
Kasir	: Rizqi Amalia, S.Pd
Manager Program	: Sa'adah, S.Pd
Divisi Pendampingan & Advokasi	:LuthfiyahHandayani, S.Sos.I

Roudlotul Jannah, S.Kom.I
Venolia Adeningrum, S.Pd.I
Divisi Media & Informasi : Irhamna, S.Pd.I
Administrasi : Elin Meylina, S.Pd.I

B. Gambaran Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) di WCC

Mawar Balqis Cirebon

Berdasarkan hasil wawancara dengan para korban KDRT yang berada di WCC Mawar Balqis Cirebon diperoleh data sebagai berikut:

1. Bentuk-bentuk Kekerasan dalam Rumah Tangga

Bentuk-bentuk kekerasan yang dialami oleh korban kekerasan dalam rumah tangga, yaitu:

a. W

Ibu W saat ini berusia 60 tahun yang berprofesi sebagai ibu rumah tangga. W menjadi korban kekerasan dalam rumah tangga yang dilakukan oleh suaminya sendiri. W mengalami kekerasan fisik yaitu ditampar oleh suaminya. Selain mendapatkan kekerasan fisik, beliau juga mengalami kekerasan psikis secara verbal, yaitu di maki-maki dengan bahasa yang tidak pantas oleh suaminya.

“...saya syok teh tiba-tiba mantan suami saya masuk ke kamar dan langsung menampar saya, awalnya emang sempet ada cekcok dulu tapi habis itu saya langsung masuk ke kamar teh, saya kira mantan suami saya ngga ngikutin saya ke kamar eh tapi ternyata dia ngikutin saya dan akhirnya terjadilah kejadian dia yang menampar saya teh...” (hasil wawancara Ibu W 12 Desember 2023).

b. NH

Ibu NH saat ini berusia 39 tahun dan berprofesi sebagai guru SD di salah satu sekolah swasta di daerahnya. Ibu NH menjadi korban kekerasan dalam rumah tangga yang dilakukan oleh suaminya. Ibu NH mengalami kekerasan psikis yang mengakibatkan keguguran pada kehamilannya. Beliau sangat terpukul ketika mendengar kabar kalau suaminya menikah lagi dengan orang lain secara diam-diam dan tidak diketahui oleh dirinya,

setelah mendengar kabar tersebut beliau langsung merasa dikhianatin dan merasa tidak dianggap.

“...saya dapat kabar kalau suami saya menikah lagi itu dari orang lain teh, awalnya saya ngga percaya tapi setelah melihat bukti yang menunjukkan kalau suami saya sedang melangsungkan akad pernikahan di rumah selingkuhannya saya langsung pingsan teh, itu posisi saya lagi hamil dan setelah itu saya mengalami keguguran pada kehamilan saya teh, padahal kehamilan ini sudah saya tunggu-tunggu karena anak saya yang pertamapun sudah berusia 15 tahun, jadi saya fikir tidak apa-apa hamil lagi untuk nemenin saya dan kakaknya. Saya sangat terpukul atas kehilangan calon anak saya yang sudah saya kandung selama 6 bulan teh...” (wawancara Ibu NH, 05 Desember 2023).

c. SM

Ibu SM saat ini berusia 45 tahun yang berprofesi sebagai pedagang gorengan. Beliau menjadi pedagang gorengan setelah beliau tidak mendapatkan nafkah secara penuh dari suaminya. Uang bulanan yang harusnya dikasihkan kepada Ibu SM untuk kebutuhan rumah dan lain-lain malah dipakai sama suaminya untuk bermain judi online. Suaminya sudah sangat kecanduan memainkan judi online tersebut, jadi kalau belum menang beliau terus-terusan bermain judi dan uangnya banyak dipakai untuk itu. Setelah kejadian tersebut, Ibu SM berusaha mencukupi kebutuhan dirinya sendiri dan anak-anaknya dengan berjualan gorengan keliling di sekitar rumahnya.

“...saya dikasih nafkah yang sedikit dan tidak bisa memenuhi kebutuhan sehari-hari untuk satu keluarga. Saya sudah berkali-kali menasihati suami saya kalau bermain judi online itu tidak baik dan bikin kecanduan, tapi saya malah dimarahin teh katanya terlalu ikut campur urusan beliau. Saya harus memutar otak biar saya dapat pemasukan untuk memenuhi kebutuhan rumah teh, akhirnya saya memutuskan untuk berjualan gorengan untuk memenuhi kebutuhan yang tidak terpenuhi oleh suami saya teh...” (hasil wawancara Ibu SM 20 November 2023).

2. Faktor Penyebab Kekerasan dalam Rumah Tangga

a. W

Ibu W mendapatkan kekerasan secara fisik dan verbal oleh suaminya disebabkan oleh faktor perselingkuhan. Suami W melakukan perselingkuhan dengan seorang wanita yang lebih muda dari Ibu W dan setelah W mengetahui tentang perselingkuhan tersebut, suaminya marah dan mengakibatkan W menjadi sasaran kemarahan suaminya. Kekerasan fisik yaitu perbuatan yang mengakibatkan rasa sakit, jatuh atau luka berat. Kekerasan fisik dapat dicontohkan seperti menendang, menampar, memukul, menabrak, menggigit dan lain sebagainya.

b. NH

Ibu NH mendapatkan kekerasan secara psikis oleh suaminya. Suami Ibu NH berselingkuh dengan perempuan lain dan melangsungkan pernikahan secara diam-diam dengan selingkuhannya tersebut. Ibu NH mengalami keguguran pada usia kehamilannya yang masuk bulan ke 6. Setelah mendengar kejadian tersebut Ibu W mengalami susah tidur, fikiran berkecamuk kemana-mana, pola makan tidak teratur, emosi yang kurang stabil yang mengakibatkan Ibu W mengalami stres dan keguguran. Kekerasan psikis yaitu perbuatan yang mengakibatkan ketakutan, hilangnya rasa percaya diri, hilangnya kemampuan untuk bertindak, rasa tidak berdaya dan penderitaan psikis berat pada seseorang.

c. SM

Ibu SM mengalami penelantaran rumah tangga. Beliau tidak diberi nafkah secara penuh oleh suaminya karena suaminya sering bermain judi online. Setiap Ibu SM meminta uang untuk keperluan rumah tangga suaminya selalu bilang ngga ada, padahal kalau untuk bermain judi online selalu ada. Setelah berbulan-bulan beliau tidak diberi nafkah secara penuh oleh suaminya dan membuat beliau harus memutar otak untuk mencukupi dan memenuhi kebutuhan rumah dan anak-anaknya. Maka dari itu beliau terfikirkan untuk menjual gorengan setiap pagi berkeliling di tempat tinggal beliau demi untuk menghidupi dirinya dan anak-anaknya. Penelantaran Rumah Tangga, yakni perbuatan menelantarkan orang dalam lingkup rumah tangga, padahal menurut hukum yang berlaku bagi yang

bersangkutan atau karena persetujuan atau perjanjian ia wajib memberikan kehidupan, perawatan, serta pemeliharaan kepada orang tersebut. Penelantaran juga berlaku bagi setiap orang yang mengakibatkan ketergantungan ekonomi dengan cara membatasi dan/atau melarang untuk bekerja yang layak di dalam atau di luar rumah sehingga korban berada di bawah kendali orang tersebut.

C. Layanan Konseling Individu dalam Mengatasi Stres Pada Korban Kekerasan dalam Rumah tangga di Women Crisis Center (WCC) Mawar Balqis Cirebon

1. Tujuan Konseling Individu

Tujuan konseling individu yang dilaksanakan di WCC Mawar Balqis Cirebon tidak hanya untuk membantu klien memecahkan dan menyelesaikan masalahnya, tetapi juga bisa membantu klien jika memerlukan bantuan hukum.

Tujuan konseling individu sendiri yaitu:

- a) Membantu klien memecahkan masalahnya
- b) Membantu klien untuk mengembangkan tingkah laku serta mengembangkan kembali keberfungsian sosialnya
- c) Membantu klien untuk mengurangi penilaian negatif terhadap dirinya

“...saya sebagai konselor hanya membantu mengarahkan klien untuk memecahkan permasalahan dirinya. Karena hakikatnya klien sendirilah yang tau jalan keluar terbaik dari permasalahan yang dihadapinya, dan klien sendiri yang paham dengan apa yang dibutuhkan dirinya, maka dari itu saya sebagai konselor hanya membantu serta memberikan nasihat dan motivasi jika dibutuhkan...” (hasil wawancara konselor Teh Venolia Adeningrum 06 November 2023).

2. Proses layanan konseling individu dalam mengatasi stres pada korban KDRT

Salah satu layanan yang diberikan oleh WCC Mawar Balqis Cirebon terhadap korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) adalah konseling individu. Adapun proses layanan tersebut terbagi menjadi tiga tahapan, yaitu

tahap awal, tahap pertengahan (tahap kerja), dan tahap akhir (tahap tindakan). Untuk lebih jelasnya peneliti jabarkan sebagai berikut:

a. Tahap Awal

Pada tahap ini, konselor biasanya melakukan *assesment* terlebih dahulu terhadap klien. Seperti yang diungkapkan oleh Teh Veno dalam kutipan wawancara berikut.

“...sebelum memulai konseling biasanya klien mengisi form consen dulu teh, setelah itu baru assesment, kita harus tahu dulu data diri korban yang datang ke lembaga ini...” (hasil wawancara konselor Teh Venolia Adeningrum 06 November 2023).

Di tahap awal, konselor membangun hubungan baik dengan klien terlebih dahulu. Dalam membangun hubungan baik dengan klien, konselor biasanya melakukan perkenalan awal untuk menarik perhatian klien agar klien nyaman untuk melakukan percakapan dengan konselor. Setelah membangun hubungan baik dengan klien, konselor merancang bantuan yang mungkin dilakukan, yaitu dengan membangkitkan semua potensi klien dan menentukan berbagai alternatif yang sesuai bagiantisipasi masalah. Setelah itu baru menegosiasikan kontrak perjanjian waktu pelaksanaan konseling berlangsung antara konselor dengan klien. Berapa lama waktu yang dibutuhkan klien untuk melakukan sesi konseling dan berapa pertemuan yang dibutuhkan klien.

b. Tahap Pertengahan (Tahap Kerja)

Pada tahap ini, kegiatan yang dilakukan adalah memfokuskan pada penjelajahan permasalahan klien, merancang bantuan apa yang diberikan berdasarkan penilaian kembali apa-apa yang telah dijelajah tentang masalah klien. Dengan menilai kembali masalah klien, itu akan membantu klien menemukan perspektif baru yang mungkin berbeda dari sebelumnya.

“...setelah melakukan assesment pada tahap awal, di tahap ini kita mulai mengajukan pertanyaan kepada klien teh, proses pemberian pertanyaan kepada klien dimaksudkan agar kita tahu permasalahan apa yang sedang dialami oleh klien...” (hasil wawancara konselor Teh Venolia Adeningrum 06 November 2023).

Adapun tujuan-tujuan dari tahap pertengahan adalah untuk menjelajahi dan mengeksplorasi masalah klien lebih jauh, menjaga agar hubungan konseling selalu terjaga dan proses konseling berjalan sesuai kontrak.

c. Tahap Akhir (Tahap Tindakan)

Tujuan tahap akhir konseling dimaksudkan untuk memastikan bahwa permasalahan klien sudah terselesaikan, dan konselor dapat melihat adanya perubahan secara fisik maupun psikis pada diri klien.

“... di tahap ini kita harus memastikan bahwa proses konseling sudah berjalan dengan lancar dan keadaan klien sudah lebih baik dari sebelum pelaksanaan konseling berlangsung...” (hasil wawancara konselor Teh Venolia Adeningrum 06 November 2023).

Proses konseling diakhiri apabila kecemasan klien sudah menurun, hal ini diketahui setelah konselor menanyakan keadaan kecemaaannya. Adanya perubahan perilaku klien ke arah yang lebih positif, sehat dan dinamis. Adanya rencana hidup di masa yang akan datang.

3. Pendekatan Konseling Individu

Pendekatan konseling yang dipakai untuk mengatasi stres pada korban KDRT yaitu:

a) Pendekatan Behavioristik

Pendekatan behavioristik yang dilakukan di WCC Mawar Balqis yaitu konselor harus berperan aktif dalam membantu klien memecahkan masalahnya. Konselor harus memiliki kreatifitas yang tinggi untuk mendekati klien dan memberikan kepercayaan kepada klien untuk menceritakan permasalahannya. Dalam proses konseling, pendekatan behavior merupakan suatu proses di mana konselor membantu konseli untuk belajar memecahkan masalah interpersonal, emosional dan keputusan tertentu yang bertujuan untuk adanya perubahan perilaku pada konseli.

“...ngga semua klien yang datang ke kita tuh bisa langsung terbuka sama permasalahannya teh, makanya kita sebagai konselor harus bisa berperan aktif untuk menarik perhatian klien agar klien percaya sama kita dan mau menceritakan masalahnya, perlunya kita menggunakan pendekatan ini agar proses konseling berjalan lancar dan sesuai dengan yang diinginkan...” (hasil wawancara konselor Teh Venolia Adeningrum 06 November 2023).

b) Pendekatan Humanistik

Pendekatan ini digunakan oleh WCC Mawar Balqis karena dengan pendekatan ini konselor menyerahkan semua keputusan kepada klien. Klien sendiri yang bertanggungjawab menentukan nasibnya di masa depan.

“...kita sebagai konselor juga tidak bisa memaksakan kehendak klien teh, kita membebaskan klien untuk menentukan nasibnya di masa depan...” (hasil wawancara konselor Teh Venolia Adeningrum 06 November 2023)

4. Faktor Pendukung dan Penghambat Layanan Konseling Individu dalam Mengatasi Stres pada Korban KDRT

a. Faktor Pendukung

Faktor pendukung adalah sesuatu hal yang memudahkan jalannya proses kegiatan konseling. Faktor pendukung tersebut bisa datang dari sarana dan prasana yang memadai dan bisa datang dari kesiapan konselor dan klien untuk melaksanakan proses konseling.

“...faktor pendukungnya tuh alhamdulillahnya banyak korban yang sebelum kita meminta beliau untuk menceritakan masalahnya pun mereka dengan suka rela langsung menceritakan permasalahannya sendiri, itu menjadi salah satu faktor pendukung dalam proses konseling karena dengan adanya inisiatif yang tinggi dari si korban tersebut berarti mereka memang ada kesiapan yang matang untuk melakukan proses konseling ini...” (hasil wawancara dengan Teh Veno 06 November 2023).

b. Faktor Penghambat

Faktor penghambat dari pelaksanaan layanan konseling individu adalah faktor atau penyebab yang membuat layanan konseling individu

tidak bisa dilaksanakan secara maksimal. Faktor penghambat tersebut bisa datang dari luar maupun dari diri konselor dan klien itu sendiri.

“...kalau faktor penghambatnya sendiri tuh biasanya adanya suasana kurang kondusif gitu teh. Misalnya ada klien yang datang sama anaknya tetapi pas proses konseling ternyata anaknya rewel dan nangis terus, kalau sudah kaya gitu biasanya proses konselingnya jadi terhambat teh, malah kadang ada yang sampai proses konselingnya tertunda teh...” (hasil wawancara konselor Teh Venolia Adeningrum 06 November 2023).

BAB IV

**ANALISIS KONSELING INDIVIDU DALAM MENGATASI STRES PADA
KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA (KDRT) DI
WOMEN CRISIS CENTER (WCC) MAWAR BALQIS CIREBON**

Berdasarkan data yang dikumpulkan dan diperoleh melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi, pada bab ini peneliti akan menganalisis Layanan Konseling Individu dalam Mengatasi Stres pada Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) di *Women Crisis Center* (WCC) Mawar Balqis Cirebon.

A. Urgensi Layanan Konseling Individu dalam Mengatasi Stres pada Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga

Kekerasan dalam rumah tangga adalah setiap perbuatan terhadap seseorang terutama Perempuan, yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis atau penelantaran rumah tangga termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dalam lingkup rumah tangga.

Salah satu cara untuk penanganan korban kekerasan dalam rumah tangga yang mengalami stres adalah dengan konseling individu. Layanan konseling individu adalah proses pemberian bantuan kepada klien yang memiliki permasalahan oleh seorang konselor. Dikarenakan melalui konseling individu para klien dapat memahami dirinya sendiri, menemukan solusi-solusi permasalahan yang sulit dihadapi, dan kembalinya keberfungsian sosial di masyarakat. Sehingga pelaksanaan konseling sangat bermanfaat dan berdampak besar bagi korban kekerasan dalam rumah tangga. Berdasarkan hasil wawancara oleh Teh Venolia Adeningrum manfaat konseling individu bisa dilihat dari komunikasi klien yang meningkat, permasalahan sulit yang dihadapi klien dapat terselesaikan dengan bantuan konselor dengan cara memberikan opsi penyelesaian masalah yang beragam.

Pemaparan urgensi diatas dapat disimpulkan bahwa konseling individu memiliki peranan yang penting serta menjadi salah satu solusi bantuan yang diberikan kepada korban kekerasan dalam rumah tangga. Tujuan layanan

konseling individu yang diberikan oleh WCC Mawar Balqis adalah untuk membantu korban kekerasan untuk mendapatkan penanganan sesuai yang dibutuhkan oleh korban.

B. Faktor Penyebab Terjadinya Kekerasan dalam Rumah Tangga

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara pada pemaparan bab sebelumnya, diketahui faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya kekerasan dalam rumah tangga di WCC Mawar Balqis Cirebon, yaitu:

1. Perselingkuhan

Hasil wawancara dari pemaparan yang dijelaskan oleh Teh Venolia Adeningrum bahwa perselingkuhan yang dimaksud adalah dimana suami menjalin hubungan dengan wanita yang bukan istrinya. Hubungan itu bisa bersifat tidak sah dan tidak sesuai dengan hukum. Baik hukum agama ataupun hukum negara yang berlaku. Hubungan tersebut dilakukan di luar sepengetahuan pasangannya, tidak berdasarkan kesepakatan, atau bahkan melanggar janji yang telah disepakati saat pernikahan. Pendapat ini juga selaras dengan apa yang dijelaskan oleh (Oktasari et al., 2018:14) perselingkuhan yang dimaksud adalah pengkhianatan yang dilakukan oleh suami dengan perempuan lain ataupun suami menikah lagi.

2. Masalah ekonomi

Hasil wawancara dengan Teh Venolia Adeningrum yang menjelaskan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya kekerasan dalam rumah tangga yaitu permasalahan ekonomi. Pendapat ini selaras dengan apa yang dijelaskan oleh (Oktasari et al., 2018: 14) laki-laki sebagai kepala keluarga tidak merasa bertanggungjawab dalam memberikan nafkah keluarga. Dengan kata lain, suami tidak memberikan nafkah kepada keluarganya.

3. Bermain judi

Hasil wawancara dengan Teh Venolia Adeningrum yang menjelaskan bahwa bermain judi adalah sesuatu yang dilarang, baik oleh agama maupun hukum tetapi sebagian orang menganggap judi bisa

membuat kesenangan tersendiri dan mereka berfikir uang yang mereka pakai untuk berjudi akan berlipat ganda. Pendapat ini selaras dengan apa yang dijelaskan oleh (Oktasari et al., 2018: 14) mengatakan bahwa bermain judi merupakan sesuatu yang dilarang. Namun, bermain judi dapat memberikan kesenangan dan kecanduan sehingga lupa akan segalanya termasuk keluarga.

C. Layanan Konseling Individu dalam Mengatasi Stres pada Korban

Kekerasan dalam Rumah Tangga

Konseling individu merupakan salah satu layanan yang diberikan oleh WCC Mawar Balqis Cirebon dalam upaya mengatasi stres pada korban kekerasan dalam rumah tangga. Konseling individu dilaksanakan oleh seorang konselor dengan seorang klien yang tujuannya untuk mengentaskan masalah pribadi klien sehingga ia dapat mengembangkan potensi dirinya dan berfungsi sosial kembali. Seperti yang dikemukakan oleh Menurut Tolbert dalam (Yusuf, 2016: 49) mengatakan bahwa konseling individual adalah sebagai hubungan tatap muka antara konselor dengan konseli, dimana konselor sebagai seseorang yang memiliki kompetensi khusus memberikan suatu situasi belajar kepada konseli sebagai seorang yang normal, konseli dibantu untuk mengetahui dirinya, situasi yang dihadapi dan masa depan sehingga konseli dapat menggunakan potensinya untuk mencapai kebahagiaan pribadi maupun sosial, dan lebih lanjut konseli dapat belajar tentang bagaimana memecahkan masalah dan memenuhi kebutuhan di masa depan. Willis (2014: 50) membagi proses tahapan konseling individu menjadi tiga tahapan, yaitu tahap awal, tahap pertengahan, dan tahap akhir.

1. Tahap Awal

Hasil wawancara dengan Teh Venolia Adeningrum yang menjelaskan bahwa pada tahap ini, biasanya klien mengisi form *consent* terlebih dahulu. Setelah mengisi form *consent*, baru dilakukannya *assessment*. Pada tahap awal, konselor harus membangun hubungan baik terlebih dahulu dengan klien. Konselor harus mengetahui latar belakang si klien dan permasalahan apa yang sedang dialami oleh klien. Setelah itu baru konselor dan klien

menegosiasikan kontrak perjanjian terkait berapa lama proses konseling itu berlangsung dan berapa kali pertemuan.

Hal ini sejalan dengan pendapat Brammer (1979) dalam (Willis, 2014: 50) yang mengatakan bahwa tahap awal terjadi sejak klien menemui konselor hingga berjalan proses konseling sampai konselor dan klien menemukan definisi masalah klien atas dasar isu, kepedulian, atau masalah klien.

2. Tahap Pertengahan (Tahap Kerja)

Hasil wawancara dengan Teh Venolia Adeningrum yang menjelaskan bahwa pada tahap ini, konselor dan klien menjelajah dan mengeksplorasi kembali permasalahan klien. Hal ini selaras dengan pendapat Brammer (1979) dalam (Willis, 2014: 50) yang mengatakan bahwa kegiatan pada tahap pertengahan ini adalah memfokuskan pada: (1) penjelajahan masalah klien; (2) bantuan apa yang akan diberikan berdasarkan penilaian kembali apa-apa yang telah dijelajah tentang masalah klien. Menilai kembali masalah klien akan membantu klien memperoleh perspektif baru, alternative baru, yang mungkin berbeda dari sebelumnya, dalam rangka mengambil keputusan dan tindakan. Dengan adanya perspektif baru, berarti ada dinamika pada diri klien menuju perubahan. Tanpa perspektif maka klien sulit untuk berubah.

3. Tahap Akhir (Tahap Tindakan)

Hasil wawancara dengan Teh Venolia Adeningrum yang menjelaskan bahwa pada tahap ini, konseling akan segera diakhiri. Sebelum proses konseling diakhiri, konselor harus memastikan terlebih dahulu sudah ada perubahan dalam diri klien. Adapun perubahan yang dimaksud adalah terjadi perilaku klien ke arah yang lebih positif, kecemasan klien sudah berkurang, emosi klien sudah lebih stabil, dan keberfungsian sosial klien sudah kembali.

Hal ini selaras dengan pendapat Brammer (1979) dalam (Willis, 2014: 50) yang mengatakan bahwa pada tahap akhir konseling ditandai beberapa hal yaitu:

- a) Menurunnya kecemasan klien. Hal ini diketahui setelah konselor menanyakan keadaan kecemasannya.
- b) Adanya perubahan perilaku klien ke arah yang lebih positif, sehat dan dinamis.
- c) Adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas.
- d) Terjadinya perubahan sikap positif, yaitu mulai dapat mengoreksi diri dan meniadakan sikap yang suka menyalahkan dunia luar, seperti orang tua, guru, teman, keadaan tidak menguntungkan dan sebagainya. Jadi klien sudah berfikir realistis dan percaya diri.

D. Pendekatan Konseling Individu

Adapun pendekatan konseling secara umum yang dapat membantu klien dalam menyelesaikan permasalahannya, yaitu:

1) Pendekatan Behavioristik

Melalui konseling individu dengan pendekatan behavioristik ini diharapkan klien yang mengalami masalah dapat memecahkan masalahnya serta bisa mengembangkan potensi yang ada dalam diri klien karena pada dasarnya tujuan dari konseling ini adalah merubah perilaku yang negatif menjadi perilaku yang positif. (hasil wawancara Teh Venolia Adeningrum). Hal ini selaras dengan pendapat (Sanyata, 2012: 9) mengatakan bahwa peran konselor dalam pendekatan behavioristik adalah aktif dan direktif, aktif untuk melakukan intervensi dan membawa konseli dalam perubahan perilaku yang diharapkan, sedangkan direktif dimaknai sebagai upaya konselor untuk memberikan arahan secara langsung kepada konseli. Peran sentral dari pola ini bertujuan pada intervensi krisis yang dilakukan oleh konselor kepada konseli sehingga konselor diharapkan memahami tentang coping skills, problem solving, cognitive restructuring dan structural cognitive therapy. Pendekatan krisis yang dilakukan oleh konselor merupakan realisasi dari clinical therapeutic menjadi ciri utama dalam pendekatan behavioristik.

2) Pendekatan Humanistik

Konseling dengan pendekatan humanistik ini berfokus pada potensi klien yang unik untuk mengeksplorasi kreativitas dirinya, klien juga dibebaskan untuk menentukan langkah apa yang akan ia ambil. Hal ini selaras dengan pendapat (Zulfikar et al., 2017: 157) yang mengatakan bahwa pendekatan ini didasarkan pada kesadaran diri sendiri, kebebasan untuk memilih dan bertanggung jawab merupakan landasan kesadaran diri. Karena itu konseling dengan menggunakan pendekatan humanistik adalah untuk berfokus kepada kondisi manusia. Manusia bebas menjadi apa dan siapa sesuai dengan keinginannya. Karena manusia yang bertanggung jawab atas segala yang dilakukannya.

E. Faktor Pendukung dan Penghambat Layanan Konseling Individu dalam Mengatasi Stres pada Korban KDRT

1. Faktor Pendukung

Faktor pendukung adalah sesuatu hal yang memudahkan jalannya proses kegiatan konseling. Faktor pendukung tersebut bisa datang dari sarana dan prasana yang memadai dan bisa datang dari kesiapan konselor dan klien untuk melaksanakan proses konseling.

2. Faktor Penghambat

Faktor penghambat dari pelaksanaan layanan konseling individu adalah faktor atau penyebab yang membuat layanan konseling individu tidak bisa dilaksanakan secara maksimal. Faktor penghambat tersebut bisa datang dari luar maupun dari diri konselor dan klien itu sendiri.

F. Hasil Layanan Konseling Individu dalam Mengatasi Stres pada Korban KDRT

No	Nama Korban	Usia	Jumlah Anggota Keluarga	Keterangan
1	Ibu W	60 Tahun	4	1 Ayah, 1 Ibu, 2 Anak
2	Ibu NH	39 Tahun	3	1 Ayah, 1 Ibu, 1 Anak

3	Ibu SM	45 Tahun	5	1 Ayah, 1 Ibu, 3 Anak
4	Ibu M	35 Tahun	3	1 Ayah, 1 Ibu, 1 Anak
5	Ibu A	50 Tahun	5	1 Ayah, 1 Ibu, 3 Anak
6	Ibu SF	47 Tahun	4	1 Ayah, 1 Ibu, 2 Anak
7	Ibu SS	52 Tahun	4	1 Ayah, 1 Ibu, 2 Anak
8	Ibu TW	58 Tahun	6	1 Ayah, 1 Ibu, 4 Anak
9	Ibu LN	49 Tahun	4	1 Ayah, 1 Ibu, 2 Anak
10	Ibu N	40 Tahun	3	1 Ayah, 1 Ibu, 1 Anak
11	Ibu H	37 Tahun	4	1 Ayah, 1 Ibu, 2 Anak
12	Ibu NY	43 Tahun	5	1 Ayah, 1 Ibu, 3 Anak
13	Ibu Y	55 Tahun	5	1 Ayah, 1 Ibu, 3 Anak
14	Ibu SL	48 Tahun	4	1 Ayah, 1 Ibu, 2 Anak
15	Ibu MB	59 Tahun	5	1 Ayah, 1 Ibu, 3 Anak
16	Ibu TS	51 Tahun	4	1 Ayah, 1 Ibu, 2 Anak

Tabel 1.1 Keterangan korban dan jumlah anggota keluarga korban di WCC Mawar Balqis Cirebon

Berdasarkan tabel di atas adalah daftar korban dengan memakai nama samaran dan juga umur korban beserta jumlah anggota keluarganya, maka dapat dikemukakan bahwa korban yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga di WCC Mawar Balqis Cirebon berjumlah 16 orang dan peneliti mengambil 3 informan yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga.

1. Kondisi Korban Sebelum Konseling Individu

W adalah korban yang mendapatkan dua bentuk kekerasan sekaligus dari suaminya, ia mendapat kekerasan secara fisik dan psikis. Kekerasan fisik yang diterima olehnya adalah berupa tamparan sedangkan kekerasan psikis yang diterima olehnya yaitu sebuah kata-kata kasar yang dilontarkan oleh suaminya. Dampak yang dirasakan oleh W setelah kejadian tersebut adalah ia

menjadi sering menangis, pikirannya terganggu, merasa cemas, dan emosinya tidak stabil yang membuatnya jadi mudah marah.

NH adalah korban yang mendapatkan bentuk kekerasan secara psikis oleh suaminya. Beliau mengalami keguguran setelah mendengar kabar kalau suaminya menikah lagi tanpa sepengetahuan dirinya. Dampak yang dirasakan oleh NH adalah ia menjadi sering menangis, sesak, emosi tidak stabil, kurang percaya diri, merasa tidak dianggap, murung, dan menutup diri dari lingkungan sekitar.

SM adalah korban yang mendapatkan bentuk kekerasan ekonomi dengan penelantaran rumah tangga. Suaminya kecanduan bermain judi online yang mengakibatkan beliau tidak diberikan nafkah secara penuh dari suaminya. Beliau kerap kali mendapatkan bentakan-bentakan oleh suaminya setiap beliau meminta uang untuk kebutuhan rumah dan lain-lain. Dampak yang dirasakan oleh SM adalah beliau sering merasakan sakit kepala, khawatir yang berlebihan, kesal.

Gejala-gejala stres yang dirasakan oleh ketiga informan diatas sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Allen (2001) dalam (Maryam, 2016: 339) mengidentifikasi gejala-gejala orang mengalami stres, baik secara fisik, mental, maupun psikologis. Gejala-gejala tersebut adalah: Pikiran-pikiran menakutkan, ada gangguan pikiran bersaing, tidak yakin atau ragu-ragu, tidak logis lupa kecurigaan lekas marah, kecemasan, depresi, gusar atau marah-marah, kesepian, rendah diri, gangguan perut, keletihan, sakit punggung, sakit kepala, sembelit, diare, dada sumpek, kebiasaan tidur yang buruk, kebiasaan bangun yang buruk, berbicara cepat, menggunakan obat-obatan, mengendarai dengan sembrono, merokok berlebihan, dan minum alkohol berlebihan.

2. Kondisi Korban Setelah Konseling Individu

W mengatakan bahwa kondisinya setelah melakukan konseling individu adalah jauh lebih baik. Beliau sudah lebih menerima keadaan dirinya, pikiranpun sudah lebih tenang, emosi sudah mulai kekontrol dan

kecemasannya mulai berkurang. Beliau juga mengatakan bahwa konseling individu yang dilakukannya ini dapat membantu mengatasi permasalahannya.

NH mengatakan bahwa setelah melakukan konseling individu dengan konselor yang ada di lembaga ini, beliau sudah lebih menerima keadaan dirinya, beliau sudah ikhlas dengan apa cobaan yang terjadi di dalam hidupnya, emosinya pun sudah mulai kekontrol dan beliau sudah mulai bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya. Sekarang beliau fokus untuk mengurus anaknya sendirian tanpa suaminya. Menurut NH adanya layanan konseling individu ini beliau sangat terbantu karena bisa menceritakan permasalahan yang sedang dialami olehnya.

SM mengatakan bahwa setelah melakukan konseling individu dengan konselor yang ada di lembaga ini, beliau mengalami perubahan ke arah yang lebih positif. Ia sudah tidak lagi mengharapkan nafkah dari suaminya, maka dari itu beliau mencari nafkah sendiri yaitu dengan berjualan gorengan keliling untuk mencukupi kebutuhan sehari-harinya dan anak-anaknya. Beliau sudah lebih ikhlas menghadapi cobaan yang menimpa dirinya.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil uraian skripsi di Women Crisis Center Mawar Balqis Cirebon dari awal sampai akhir dapat diambil kesimpulan bahwa layanan konseling individu dalam mengatasi stres pada korban kekerasan dalam rumah tangga dilaksanakan secara langsung dengan durasi kurang lebih satu jam. Dalam pelaksanaannya terdapat tiga tahapan, tahap awal meliputi tentang membangun hubungan baik dengan klien, pengenalan masalah, serta penjelasan permasalahan yang dialami klien. Kedua yaitu tahap pertengahan, pada tahap ini meliputi tentang pembinaan secara langsung pada penyelesaian masalah klien dan pengembangan diri klien, evaluasi terhadap pemecahan masalah klien yang dilakukan setelah konseling. Ketiga yaitu tahap akhir konseling, pada tahap ini klien atau korban mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan humanistik dan behavioristik. Kegiatan konseling yang dilakukan di WCC Mawar Balqis Cirebon memiliki tujuan untuk membantu klien keluar dari permasalahan yang dialaminya, memahami hakikat manusia sebagai seorang hamba, dapat mengambil hikmah disetiap kejadian yang dialami, memahami masalah yang dialami sehingga mampu untuk mengambil jalan keluar dari permasalahannya.

B. Saran

1. Bagi pihak Women Crisis Center Mawar Balqis Cirebon, untuk dapat meningkatkan pelayanan, fasilitas, media dalam kegiatan konseling, dan meningkatkan jaringan agar banyak korban-korban diluar sana dapat terbantu dengan adanya layanan konseling di WCC Mawar Balqis Cirebon.
2. Bagi masyarakat, untuk mengurangi adanya kekerasan dalam rumah tangga merupakan tanggungjawab bersama bagi masyarakat indonesia sehingga dibutuhkan peran aktif bagi masyarakat jika ada korban kekerasan dalam rumah tangga yang terjadi di lingkungannya.

C. Penutup

Penulis sangat bersyukur kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah dan kesehatan pada penulis sehingga dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini jauh dari kata sempurna dan penulis mengharapkan kritik serta saran untuk menyempurnakan karya tulis ini. Kemudian penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini. Penulis berdoa semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhmadi, Agus., 2016. *Pendekatan Konseling Islam Dalam Mengatasi Problem Psikologis Masyarakat*. Jurnal Diklat Keagamaan 10.
- Amti, Emran & Prayitno. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta. 47.
- Andriyani, Yuli. 2018. *Konsep Konseling Individual Dalam Proses Penyelesaian Perselisihan Keluarga*. Jurnal At-Taujih. Vol.1 No.1. Banda Aceh: Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry, 20.
- Bariyyah, K., Hastini, R.P., Sari, E.K.W., 2018. *Konseling Realitas untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Siswa*. Konselor 7, 1-8.
- Bassar, A.S., Hasanah, A., 2020. Riyadhah; *The model of the character education based on sufistic counseling*. *Journal of Advanced Guidance and Counseling* 1. 23-38.
- Djannah, Fathul, dkk. 2007. *Kekerasan Terhadap Istri*. Yogyakarta: LKIS. 16.
- Ernawati, E., Deslinda, G., Guritno, S.A., 2019. *Pendekatan Konseling Perspektif Gender dalam Menangani Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) (Studi Kasus Di Aliansi Peduli Perempuan Sragen)*. *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling*. Vol.2 No.3. Surakarta: Inst. Agama Islam Negeri Surakarta.
- Harnoko, B. R., 2010. *Dibalik Tindak Kekerasan Perempuan*. Muwazah 2. <https://doi.org/10.28918/muwazah.v2il.16>.
- Hidayanti, E., 2014. *Dakwah Pada Setting Rumah Sakit (studi deskriptif terhadap sistem pelayanan bimbingan konseling islam bagi pasien rawat inap di RSI Sultan Agung Semarang)*. *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 5.

- Himawanti, I., Hidayatullah, A., Setiyono, A., 2020. *Happines reconstruction through Islamic guidelines in blinds in The Muslim Blinds of Indonesia (ITMI) Central Java. Journal of Advanced Guidance and Counseling 1.*
- Kibtyah, M., 2014. *Peran Konseling Keluarga Dalam Menghadapi Gender Dengan Segala Permasalahannya.* Sawwa: Jurnal Studi Gender 9, 367.
- Kustanty, U. F. 2018. *Pencegahan, Perlindungan dan Penanganan Kekerasan Terhadap Anak dan Remaja.* Jurnal Harkat: Media Komunikasi Gender, 14 (2), 140–145.
- Lazarus, R.S., Folkman, S. 1984. *Appraisal, Stres and Coping.* New York: Springer Publishing Company.
- Maryam, Siti. 2016. *Stres Keluarga: Model dan Pengukurannya.* Jurnal Psikoislamedia. Vol 1. No. 2. Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh. 336-339.
- Mufid, A., 2020. *Moral and spiritual aspects in counseling: Recent development in the West. Journal of Advanced Guidance and Counseling 1.*
- Musnamar, Tohari. 2015. *Membantu Memecahkan Masalah Orang Lain Dengan Teknik Konseling.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 11.
- Muttaqin, M.A., Murtadho, A., Umriana, A., 2016. *Bimbingan Konseling Bagi Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di LRC-KJHAM Semarang.* SAWWA: Jurnal Studi Gender. Vol 11. No. 2. 184. Semarang: Universitas Islam Negeri Walisongo.
- Nihayah, U., Latifah, M.M.U., Nafisah, A., Qori'ah, I., 2022. *Konseling Traumatik: Sebuah Pendekatan Dalam Mereduksi Trauma Psikologis.* Sultan Idris Journal of Psychology and Education. Vol. 1. No. 2. Semarang: Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

- Nihayah, U., Ningrum, D.N., 'Aini, L.L.Q., Qodli, A.A., 2022. *Manajemen Stress Pada Masa New Normal dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental*. Nosipakabelo: Jurnal Bimbingan Konseling. Vol. 3. No. 2. 58-59.
- Oktasari, M., Stevani, H., Solihatun, S., 2018. *Kajian Teoritis Layanan Konseling Untuk Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)*. Jurnal Psikodidaktika. Ilmu Pendidikan Psikologi Bimbingan Dan Konseling. Vol. 3. No.1. 14-16. <https://doi.org/10.32663/psikodidaktika.v3i1.297>
- Prayitno. 2004. *Seri Layanan Konseling: Layanan Bimbingan Kelompok, Konseling Kelompok*. Padang: Universitas Negeri Padang. 25.
- Prayitno. 2005. *Konseling Perorangan*. Padang: Universitas Negeri Padang. 52.
- Putri, Anisa. 2022. *Layanan Konseling Individual Dalam Mengatasi Stres Pada Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) Di Balai Rehabilitasi Sosial Watunas Mulya jaya Jakarta*. Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Rahman, S., Hibana. 2003. *Bimbingan dan Konseling Pola 17*. Yogyakarta: UCY Press. 85.
- Riyadi, A., Adinugraha, H.H., 2021. *The Islamic counseling construction in da'wa science structure*. *Journal of Advanced Guidance and Counseling* 2.
- Santoso, Agung Budi. 2019. *Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) Terhadap Perempuan: Perspektif Pekerjaan Sosial*. Vol 10 No. 1. Jurnal Pengembangan Masyarakat islam. 49-50.
- Sanyata, S., 2012. *Teori dan Aplikasi Pendekatan Behavioristik dalam Konseling*. 9.
- Selye, H., 1974. *Stress Without Distress*. Philadelphia: JP Lippincut.

- Setyaningrum, A. & Ridwan, A. 2019. *Analisis Upaya Perlindungan Dan Pemulihan Terhadap Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) Khususnya Anak-anak Dan Perempuan*. Jurnal Ilmiah. Vol 3. No. 1. Semarang: Universitas Negeri Semarang. 16.
- Sirajuddin, M., 2014. *Pengembangan Strategi Dakwah Melalui Media Internet (Peluang dan Tantangan)*. Al-Irsyad Al-Nafs: Jurnal Bimbingan dan Penyuluhan Islam 1.
- Subagyo, P. joko, 2011. *Metode Penelitian Dalam Teori Dan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sucipto, A., 2020. *Dzikir as a therapy in sufistic counseling*. Journal of Advanced Guidance and Counseling 1, 58-67.
- Suganda, Dilian K., 2014. *Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Angkatan 2013*. Medan: USU.
- Sugiyono, D., 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi, Dewa Ketut. 2002. *Pengantar Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta. 45.
- Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga (UU PKDRT).
- Verly. Yosefina. 2018. *Sumber Stres pada Keluarga yang Mengalami Perubahan*. Vol 6 No. 1. Surabaya: Jurnal E-Komunikasi. Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Kristen Petra. 4.
- Willis, S., Sofyan. 2014. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Penerbit Alfabeta. 159.
- Wulandari, T., Zuraida, L. 2018. *Pengaruh Konseling Individual Teknik Self Control Terhadap Gaya Hidup Konsumtif Pada Siswa Kelas XI*

SMA Harapan 1 Medan T.A 2017/2018. Jurnal Psikologi Konseling, Vol.12 No.1. Medan: Program Studi BK FIP Universitas Negeri Medan.

Yusuf, S. 2016. *Konseling Individual (Konsep Dasar dan Pendekatan)*. Bandung: Refika Aditama. 18.

LAMPIRAN



1.1 Gambar ruang administrasi



1.2 Gambar ruang arsip, catatan, dokumen dan lain-lain



1.3 Gambar ruang kerja



1.4 Gambar gedung WCC Mawar Balqis Cirebon



1.5 Gambar wawancara dengan manager program



1.6 Gambar wawancara dengan konselor



1.7 Gambar wawancara bersama korban



1.8 Gambar wawancara bersama korban



1.9 Gambar wawancara bersama korban

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Nabila Rizqi Chairani
NIM : 1801016038
Tempat, Tanggal Lahir : Indramayu, 03 Desember 2000
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Email : nabilarch03@gmail.com
Alamat : Blok Pondok RT/RW 004/003 Desa Dukuhjati,
Kec. Krangkeng, Kab. Indramayu, Jawa Barat

PENDIDIKAN FORMAL

1. TK Paud Al-Qur'aniyah : Lulus 2006
2. SD Negeri 1 Dukuhjati : Lulus 2012
3. MTS Futuhiyyah 2 Mranggen Demak : Lulus 2015
4. MAN 3 Cirebon : Lulus 2018
5. UIN Walisongp Semarang : Lulus 2023

PENDIDIKAN NONFORMAL

1. Pondok Pesantren Al-Badriyyah Mranggen Demak : 2012-2015
2. Pondok Pesantren Al-Tawa'un Buntet Pesantren Cirebon : 2015-2018
3. Pondok Pesantren Mbah Rumi Ngaliyan Semarang : 2018-2020