

**KONSELING INDIVIDU DALAM MEMBENTUK KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS
PADA PEREMPUAN KORBAN KEKERASAN DALAM PACARAN
(Studi Kasus di Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta)**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh:

Nila Dati Saidati

2001016033

**BIMBINGAN DAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

UIN WALISONGO SEMARANG

2024

NOTA PEMBIMBING

NOTA PEMBIMBING

Lamp : 5 (lima) eksemplar
Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada.
Yth. Bapak Dekan Fakultas
Dakwah dan Komunikasi
UIN Walisongo Semarang
di Semarang

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mengadakan koreksi, dan perbaikan sebagaimana mestinya, maka kami menyatakan bahwa skripsi mahasiswa:


Nama : Nila Dati Saidati
NIM : 2001016033
Fak./Jur. : Dakwah dan Komunikasi / BPI
Judul Proposal : KONSELING INDIVIDU DALAM MEMBENTUK
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PEREMPUAN KORBAN
KEKERASAN DALAM PACARAN (Studi Kasus di Rifka
Annisa Women Crisis Center Yogyakarta)

Dengan ini telah saya setuju dan mohon agar segera diujikan. Demikian, atas perhatiannya diucapkan terimakasih.

Wassalamua 'alaikum Wr. Wb

Semarang, 10 Februari 2024

Pembimbing


Dra. Marvatul Kibtyah, M.Pd

NIP: 196801131994032001

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN MUNAQSAH SKRIPSI

KONSELING INDIVIDU DALAM MEMBENTUK KESEJAHTERAAN PSIKOLOGI
PADA PEREMPUAN KORBAN KEKERASAN DALAM PACARAN
(studi Kasus di Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta)

Disusun Oleh:

Nila Dati Saidati

(2001016033)

Telah dipertanggung jawabkan di depan Dewan Penguji pada tanggal Selasa 26 Maret 2024
dan dinyatakan **LULUS** memenuhi syarat guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji

Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd

NIP: 196909012005012001

Sekretaris Dewan Penguji

Dra. Marvatul Kibtvah, M.Pd

NIP: 196801131994032001

Penguji I

Dr. Ema Hidavanti, S.Sos., M.Si

NIP: 196909012005012001

Penguji II

Ayu Faiza Alifahmy, M.Pd

NIP: 199107112019032018

Mengetahui,

Pembimbing

Dra. Marvatul Kibtvah, M.Pd

NIP: 196801131994032001

Disahkan oleh

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Semarang,



Prof. Dr. Moh. Fauzi, M.Ag

NIP: 197205171998031003

PERNYATAAN

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nila Dati Saidati
NIM : 2001016033
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "Konseling Individu dalam Membentuk Kesejahteraan Psikologis Pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Pacaran (Studi Kasus Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta)" merupakan hasil karya saya sendiri yang diajukan guna memperoleh gelar sarjana sosial (S.Sos) di Universitas Negeri Walisongo Semarang. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau tidak diterbitkan, sumbernya telah dijelaskan pada tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 10 Februari 2024

Penulis



Nila Dati Saidati

NIM. 2001016033

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Segala puji syukur kepada Allah SWT yang Maha Pengasih Maha Penyayang atas rahmat, nikmat, taufik, serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul “Konseling Individu Dalam Membentuk Kesejahteraan Psikologis pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Pacaran (Studi Kasus Rifka Annisa Women Crisis Center)”. Shalawat serta salam tidak lupa senantiasa kita haturkan pada junjungan kita Nabi Agung Muhammad SAW yang telah mengantarkan umatnya dari zaman jahiliyah sampai zaman terangnya kebenaran dan penuh ilmu pengetahuan.

Penyusunan skripsi ini dalam rangka memnuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana strata satu (S-1) pada jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI) di Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan dan arahan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Nizar, M. Ag. Selaku rektor UIN Walisongo Semarang.
2. Bapak Prof. Dr. Moh. Fauzi, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi.
3. Ibu Ema Hidayanti, S.Sos.I, M.S.I selaku ketua jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam dan Ibu Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd, selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam.
4. Ibu Maryatul Kibtyah, M.Pd selaku dosen wali serta dosen pembimbing yang telah bersedia untuk meluangkan waktu, tenaga, serta fikiranya untuk memberi bimbingan dan pengarahan dalam penulisan skripsi ini.
5. Bapak, 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. Kedua orang tua tercinta, abah Achmad Machrusun dan umi Evy Shofiana yang selalu mencurahkan kasih sayang yang begitu dalam, nasihat, didikan, asuhan dan do'a yang tiada henti.
7. Keluarga besar, Kakek Abdul Choliq dan Mba Diah yang senantiasa mencurahkan kasih sayang, doa serta dukungan hingga penulis dapat

mencapai titik ini. Serta adik tercinta Nadia Sheila Majid yang tidak pernah lelah mendengar keluh kesah penulis.

8. LSM Rifka Annisa WCC Yogyakarta yang telah memberikan ruang bagi saya untuk belajar secara langsung di lapangan sehingga selain bisa menyelesaikan skripsi ini juga memberikan bekal ilmu yang luar biasa.
9. Mba Amalia Rizkyarini, S.Psi. selaku konselor di Rifka Annisa yang telah banyak membantu peneliti dalam melakukan penelitian.
10. Keluarga BPI A 2020 yang tentunya merupakan gerbang dimulainya saya mendapatkan gelar ini, yang senantiasa memberikan semangat dan dukungan kepada penulis.
11. Teruntuk teman-teman KKN MIT 16 Posko 18 2023 yang telah menjadi kawan seperjuangan dalam mengabdikan di tengah masyarakat.
12. Teruntuk sahabatku tercinta Nanda Rahma yang telah memberikan masukan, dukungan, serta motivasi untuk tetap semangat menyelesaikan skripsi ini.
13. Teruntuk *Mbak* Sasa yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini.

Selain ungkapan terimakasih, peneliti juga menghaturkan ma'af apabila selama ini penulis telah memberikan keluh kesah dan segala permasalahan kepada seluruh pihak. Tiada yang dapat peneliti berikan selain do'a semoga semua amal dan jasa baik dari semua pihak mendapat pahala dan balasan yang setimpal dari-Nya.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan banyak kekurangan baik dari segi bahasa, analisis, maupun kajian teorinya. Pada akhirnya, penulis dengan penuh kerendahan hati dan ketulusan hati memohon maaf atas segala kesalahan yang ditemukan dalam skripsi ini, karena kesempurnaan hanya milik Allah SWT dzat yang Maha Sempurna.

Semarang, 10 Februari 2024
Penulis

Nila Dati Saidati
NIM. 2001016033

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan kasih dan sayangnnya kepada penulis sampai sekarang dan sampai akhir kelak. Skripsi ini penulis persembahkan kepada :

1. Kedua orang tuaku, abah Achmad Machrusun dan umi Evy Shofiana yang telah mengorbankan segalanya dan memperjuangkan pendidikanku, serta senantiasa memberikan Do'a dan restu baik secara moral maupun material sampai pada tahap akhir ini.
2. Penulis persembahkan untuk diri penulis sendiri, yang selalu kuat untuk bertahan sampai sejauh ini.
3. Almamaterku tercinta Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

MOTTO

لا يكلف الله نفساً إلا وسعها

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(QS Albaqoroh 286)

“Orang lain gaakan bisa paham *struggle* dan masa sulitnya kita, yang hanya mereka ingin tahu hanya bagian *success stories*. Berjuanglah untuk diri sendiri meskipun tidak ada yang tepuk tangan. Kelak diri kita di masa depan akan sangat bangga denga napa yang kita perjuangkan hari ini. Maka dari itu tetap berjuang ya”

ABSTRAK

- Judul** : “*Konseling Individu dalam Membentuk Kesejahteraan Psikologis pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Pacaran*” (studi kasus di Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta).
- Penulis** : Nila Dati Saidati
- NIM** : 2001016033

Kekerasan dalam pacaran yang terjadi pada perempuan dewasa awal cukup memprihatinkan bagi generasi masadepan. Kekerasan dalam pacaran juga mengakibatkan dampak yang sangat negatif bagi para remaja khususnya perempuan. Banyak sekali dampak yang mereka dapatkan akibat kekerasan yang mereka alami dalam hubungan pacaran dan dampak itu sangat mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada perempuan korban kekerasan dalam pacaran tersebut. Melihat angka kekerasan dalam pacaran yang tiap tahunnya masih terbilang tinggi tentu diperlukan langkah serta upaya dalam membantu korban. Sehingga rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana proses konseling individu dalam membentuk kesejahteraan psikologis pada perempuan korban kekerasan dalam pacaran yang ditangani Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta. Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui proses konseling individu dalam membentuk kesejahteraan psikologis pada perempuan korban kekerasan dalam pacaran yang ditangani Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif studi kasus. Sumber penelitian ini terdiri dari sumber primer dan sekunder. Sumber primer berasal dari konselor, karyawan, dan perempuan yang menjadi korban kekerasan dalam pacaran. Wawancara, observasi, dan dokumentasi adalah metode pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini. Teknik triangulasi data dan triangulasi teknik digunakan untuk menguji keabsahan data, sedangkan teknik analisa data pada penelitian ini mencakup pengumpulan data, reduksi, penyajian, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian ini meliputi proses konseling individu dalam membentuk kesejahteraan psikologis pada perempuan korban kekerasan dalam pacaran yang ditangani oleh Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta. Dengan tahapan dari tahap awal, tahap pertengahan, dan tahap akhir dengan beberapa teknik-teknik layanan konseling dan menggunakan metode direktif serta nondirektif. Hasil dari konseling individu dalam membentuk kesejahteraan psikologis pada perempuan korban kekerasan dalam pacaran sudah terwujud hal ini terbukti dari perubahan perilaku yang sesuai dengan indikator kesejahteraan psikologis seperti sudah menerima apa yang telah menyimpannya, emosi menjadi lebih stabil, mampu bersosial kembali, adanya tujuan hidup kembali, perlahan kembali percaya diri, sudah mampu menciptakan lingkungan yang aman pada dirinya sendiri, dan mampu memutuskan solusinya sendiri tanpa bantuan atau pandangan orang lain.

Kata Kunci: *Konseling Individu, Kesejahteraan Psikologis, Kekerasan Dalam Pacaran*

DAFTAR ISI

NOTA PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR	v
PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	viii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Tinjauan Pustaka	7
F. Metode Penelitian	11
G. Sistematika Penulisan	17
BAB II	19
LANDASAN TEORI	19
A. Konseling Individu	19
1) Pengertian Konseling Individu	19
2) Tujuan Konseling Individu	21
3) Metode Konseling Individu	23
4) Teknik-teknik Konseling Individu	25
5) Proses Pelaksanaan Konseling Individu	27
B. Kesejahteraan Psikologis	30
1) Pengertian Kesejahteraan Psikologis	30
2) Dimensi Kesejahteraan Psikologis	32
3) Faktor yang Memengaruhi Kesejahteraan Psikologis	35
C. Perempuan Korban Kekerasan Dalam Pacaran (KDP)	38

1) Faktor Perempuan Rentan Menjadi Korban Kekerasan Dalam Pacaran ...	38
2) Pengertian Kekerasan dalam Pacaran.....	41
3) Bentuk-bentuk Kekerasan dalam Pacaran.....	42
4) Faktor-faktor Kekerasan dalam Pacaran.....	44
5) Dampak Kekerasan dalam Pacaran.....	48
D. Urgensi Konseling Individu dalam Membentuk Kesejahteraan Psikologis pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Pacaran	50
BAB III.....	53
GAMBARAN DAN HASIL PENELITIAN.....	53
A. Gambaran Umum Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta	53
1) Sejarah Singkat Rifka Annisa WCC Yogyakarta.....	53
2) Visi dan Misi	53
3) Nilai dan Prinsip Rifka Annisa WCC Yogyakarta	54
4) Struktur Organisasi Rifka Annisa WCC Yogyakarta.....	55
5) Program dan Pendekatan Rifka Annisa WCC Yogyakarta	56
6) Layanan-layanan di Rifka Annisa WCC Yogyakarta.....	58
7) Data Kasus yang Ditangani Rifka Annisa WCC Yogyakarta.....	65
B. Proses Pelaksanaan Konseling Individu dalam Membentuk Kesejahteraan Psikologis pada Perempuan Korban Kekerasan dalam Pacaran di Rifka Annisa WCC Yogyakarta	66
BAB IV.....	83
ANALISIS HASIL PEMBAHASAN.....	83
A. Analisis Proses Pelaksanaan Konseling Individu dalam Membentuk Kesejahteraan Psikologis pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Pacaran di Rifka Annisa WCC Yogyakarta.....	83
BAB V	95
PENUTUP.....	95
A. Kesimpulan.....	95
B. Saran	96
C. Keterbatasan Penelitian	97
DAFTAR PUSTAKA.....	98
LAMPIRAN.....	102
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	109

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Struktur Organisasi Rifka Annisa WCC Yogyakarta	55
Gambar 3. 2 Program dan Pendekatan Rifka Annisa WCC Yogyakarta.....	57

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Rekapitulasi Data Kasus Yang Ditangani Rifka Annisa WCC Yogyakarta Tahun 2022-2023	6
Tabel 4. 1 Kondisi Korban Sebelum dan Sesudah Mengikuti Konseling Individu	91

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Draft Wawancara.....	105
Lampira 2 Surat Izin Riset.....	107
Lampiran 3 Surat Balasan Riset.....	108
Lampiran 4 Foto Kegiatan	109

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi kematangan mental, emosional, sosial dan fisik (Sumara, D; Humaedi, S; Santoso, 2017). Artinya perkembangan masa remaja terfokus pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan dan berusaha mencapai kemampuan bertindak dan berperilaku dewasa. Menurut Ida Umami (2019), remaja mempunyai ciri-ciri sebagai berikut: (1) mengalami perubahan fisik paling cepat, dibandingkan masa sebelum dan sesudahnya; (2) mempunyai energi fisik dan psikis yang melimpah sehingga mendorong prestasi dan aktivitas; (3) memiliki perhatian yang lebih terfokus pada teman sebaya dan secara bertahap melepaskan diri dari keterikatan pada keluarga, khususnya orang tua; (4) mempunyai ketertarikan yang kuat terhadap lawan jenis; (5) mempunyai keyakinan tentang kebenaran agama secara baik dan benar; (6) mempunyai kemampuan menunjukkan kemandirian dalam mengambil keputusan yang berkaitan dengan kegiatan dan aktivitasnya; (7) berada pada masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa; dan (8) pencarian identitas diri untuk menjadi seseorang yang dianggap benar dalam menghadapi kehidupan ini.

Karakteristik ke-8 pada perkembangan remaja tersebut, selanjutnya akan mempengaruhi perkembangan sosial remaja yaitu memiliki keterkaitan yang kuat pada lawan jenis sering “teraktualisasikan” dengan pacaran (dating) untuk saling mengenal lebih dekat dan pembuktian cinta terhadap seseorang dengan seideal mungkin.

Masa remaja merupakan masa yang sangat rentan dalam kehidupan seorang anak; Perubahan fisik merupakan hal yang lumrah terjadi pada usia ini, terutama pada anak masa kini yang terlihat lebih cepat dewasa. Perubahan paling signifikan yang terjadi ketika seseorang mencapai kedewasaan adalah munculnya naluri ketertarikan. Awalnya, ketertarikan anak terhadap jenis kelamin lain tidak jelas; dia tampaknya menginginkan sesuatu tetapi tidak yakin dengan apa yang sebenarnya dia inginkan. Dia merasa disorientasi dan tidak yakin dengan perasaan dan keinginannya. Setelah

beberapa saat, dia menyadari bahwa dia tertarik pada lawan jenis; dia menyukainya, mendapati dirinya tertarik pada penampilan dan suaranya, menginginkan keintiman, memulai percakapan dengannya, dan akhirnya mulai jatuh cinta. Itulah timbulnya hasrat lawan jenis (jatuh cinta), yang tak seorang pun dapat menahannya jika hal itu sampai masuk ke dalam diri mereka. Ada kalanya keberadaan remaja hanya terdiri dari fantasi tentang cinta dan seks; tidak ada hal lain yang benar-benar penting untuk dipertimbangkan.

Karena cinta merupakan hal mendasar dalam sifat manusia, berpacaran dan jatuh cinta telah menjadi hal yang lazim di kalangan anak muda di zaman kita sekarang. Berkencan adalah salah satu cara untuk mengekspresikan diri. Namun kini, setelah wujud kasih sayang tersebut diwujudkan dalam bentuk pelukan, ciuman, meraba-raba, dan tindakan-tindakan lain yang seringkali mengabaikan standar akhlak Islam, fitrah ini nampaknya cukup menakutkan. Dan dari jalinan suatu hubungan tersebut tidak menutup kemungkinan adanya kekerasan dalam suatu hubungan remaja.

Agresivitas fisik yang ekstrim disebut dengan kekerasan yang merupakan salah satu komponen perilaku agresif. Penggunaan kekuatan ekstrem terhadap individu atau properti dengan tujuan untuk menyakiti, menghukum, atau mengendalikan dikenal sebagai kekerasan. Seseorang bisa saja melakukan kekerasan terhadap perempuan atau orang lain akibat tindakan agresif tersebut, terutama jika dia laki-laki dan korbannya adalah pacarnya. Laki-laki memiliki kebutuhan untuk mengontrol atau mendominasi perempuan dan tidak mampu berempati, sehingga mereka lebih memilih melakukan kekerasan (Khaninah & Widjanarko, 2016).

Kekerasan dalam pacaran adalah nama lain dari kekerasan dalam hubungan. Kekerasan dalam pacaran adalah salah satu jenis perilaku tidak normal yang dapat terjadi pada siapa saja, di mana saja, dan sering kali tidak disadari baik oleh korban maupun pelakunya. Sesuai penjelasan Murray dalam (Sholikhah & Masykur, 2020), kekerasan dalam pacaran didefinisikan oleh "Pusat Pencegahan dan Kesadaran Serangan Seksual Universitas Michigan di Ann Arbor" sebagai strategi yang melibatkan kekerasan yang disengaja untuk mendapatkan dan mempertahankan kendali atas pasangan.

Centers for Disease Control and Prevention (Rini, 2021) mengidentifikasi empat kategori kekerasan dalam pacaran, yaitu sebagai berikut: Kekerasan fisik

mengacu pada saat seseorang memukul, menendang, atau menggunakan bentuk kekerasan fisik lainnya untuk menyakiti pasangannya; kekerasan seksual, di sisi lain, mencakup bentuk-bentuk perilaku seksual non-fisik seperti mengirim pesan seksual kepada seseorang atau memasang foto pasangannya secara online tanpa izin, serta upaya untuk memaksa pasangannya melakukan tindakan seksual dan/atau sentuhan seksual ketika pasangan tidak dapat memberikan persetujuan; Kekerasan psikologis mengacu pada penggunaan kata-kata dan isyarat nonverbal untuk mengontrol atau menyakiti pasangan secara psikologis; Penguntitan adalah pola perhatian dan kontak yang berulang dan tidak diinginkan oleh pasangan yang membuat orang yang dicintai korban merasa takut akan keselamatannya. Namun Murray dalam Zulkifli Ismail (2022) menyatakan bahwa ada tiga jenis kekerasan dalam berpacaran: kekerasan fisik, kekerasan verbal dan emosional, dan kekerasan seksual.

Berdasarkan data catatan tahunan (Catahu) Komnas Perempuan tahun 2023, 713 kasus kekerasan yang paling banyak dilaporkan terjadi di ranah personal, termasuk penyerangan yang dilakukan oleh mantan pacar. Data ini menggambarkan permasalahan kekerasan dalam pacaran. Selanjutnya, terdapat 622 kasus kekerasan terhadap istri, 422 kasus kekerasan dalam pacaran, 140 kasus kekerasan terhadap anak perempuan, dan 111 kasus KDRT/RP lainnya, termasuk kekerasan terhadap menantu, sepupu, kakak/adik, mertua, atau kerabat lainnya, serta 90 kasus kekerasan mantan suami. Bentuk kekerasan yang sering terjadi di ranah personal yaitu kekerasan psikis.

Setelah KDRT, kekerasan dalam pacaran dinilai masih cukup tinggi dalam Angka Kasus Kekerasan. Tingginya prevalensi kekerasan dalam hubungan mungkin disebabkan oleh fakta bahwa sebagian besar perempuan takut untuk mengungkapkan kekerasan yang mereka alami dan banyak yang tidak menyadari berbagai jenis kekerasan psikologis dan fisik yang mungkin terjadi dalam suatu hubungan. Dengan demikian diharapkan korban mempunyai keberanian untuk melakukan perlawanan, dalam artian berani memberitahukan orang tua atau teman terdekatnya kepada orang-orang yang dapat dipercaya agar mendapat solusi terbaik, guna mencegah terjadinya hal-hal yang merugikan atau tidak diharapkan. agar tidak terjadi pada mereka.

Tentu saja, para korban kejahatan kekerasan ini akan menanggung akibat serius dalam jangka pendek dan panjang, serta berdampak pada kesejahteraan fisik,

psikologis, dan sosial mereka (Ismail, 2022). Pada dampak aspek psikologisnya korban dapat memiliki pikiran dan perilaku bunuh diri, depresi, sedih, stres dan khawatir, sulit fokus, sulit tidur, dan rendah diri (Febryana & Aristi, 2019). Sementara itu, dampak fisik dari benturan tersebut dapat menyebabkan penderitanya mengalami memar, patah tulang, memar, atau bahkan kehamilan yang tidak diinginkan. Korban dapat mengalami trauma berat akibat aspek sosial, antara lain rendahnya harga diri, berkurangnya semangat hidup, ketakutan terhadap hubungan, produktivitas, dan prestasi, serta ketidakmampuan melarikan diri atau melarikan diri dari pelaku akibat kontrol yang ketat terhadap pelaku. tindakan atau rutinitas korban (Hawa et al., 2022).

Pada Al-Qur'an juga telah dijelaskan larangan berbuat zina dalam Quran surat Al-Isra': 32, sebagai berikut:

وَلَا تَقْرَبُوا الزَّوْجَىٰ إِنَّهُ كَانَ فَاحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا

“Dan janganlah kamu mendekati zina; sesungguhnya zina itu adalah suatu perbuatan yang keji dan suatu jalan yang buruk.” (Q.S. Al-Isra':32)

Ayat dalam Tafsir Jalalain ini secara khusus melarang berpacaran dan bukan sekadar mengatakan "janganlah melakukannya". Hal ini menyiratkan bahwa tidak diperbolehkan untuk mempertimbangkan perzinahan, apalagi terlibat di dalamnya, karena perzinahan jelas-jelas terlarang Ayat ini bersifat larangan yang sangat tegas bahwa sangat jauh lebih baik untuk menjauhi yang dapat mendekati pada perbuatan zina bukan justru yang penting tidak melakukan zina.

Proses dari pemberian bantuan terhadap perempuan korban kekerasan juga salah satu upaya dari dakwah Irsyad. Yang dimaksud dengan “Dakwah Irsyad” adalah proses membantu diri sendiri (irsyad nafsiyah), individu (irsyad fardiyah), dan kelompok kecil (irsyad fiah qalilah) agar dapat keluar dari berbagai kesulitan untuk mewujudkan kehidupan pribadi, individu dan kelompok yang salam, hasanah thayibah dan memperoleh ridha Allah dunia akhirat (Arifin, 2008). Dakwah juga harus membantu orang orang dalam pemahaman dirinya, seorang dai harus mampu mengarahkan individu ke arah kebenaran, membantu mereka mencapai potensi penuh mereka, dan pada akhirnya membantu pengembangan kepribadian mereka.

Maka dari itu konselor adalah Da'i sedangkan perempuan korban kekerasan dalam pacaran adalah Mad'u, oleh karena itu seorang konselor harus memberikan rasa nyaman serta ketenangan kepada korban kekerasan khususnya yang dibahas pada

penelitian ini adalah kekerasan dalam pacaran untuk melupakan efek negatif dari trauma yang dirasakan serta meningkatkan kualitas hidup korban (Rosyid, 2022). Konseling individu terhadap perempuan korban kekerasan dalam pacaran merupakan bagian dakwah irsyad, yaitu sebuah upaya untuk mencapai kesejahteraan psikologisnya, membantu individu agar mampu memahami dirinya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai yang diyakininya.

Di awal telah disinggung, bahwa kebanyakan hubungan pacaran menimbulkan kerugian dan efek negatif terutama bagi perempuan, dan agar tidak memiliki trauma berkepanjangan maka diperlukan konseling individu bagi korban kekerasan dalam pacaran sehingga terbentuk kesejahteraan psikologisnya. Keadaan kesejahteraan psikologis ditandai dengan persepsi diri yang positif pada masyarakat, kemampuan mengendalikan perilaku sendiri, mengambil keputusan sendiri, mengatur lingkungan dengan baik, menetapkan tujuan hidup, dan meningkatkan nasib hidup. signifikan dan berusaha untuk menemukan dan mengembangkan potensi mereka sendiri.

Selain itu, gagasan kesejahteraan psikologis memiliki dua tujuan yang bermanfaat. Yang pertama akan mempengaruhi cara orang menafsirkan kebahagiaan karena menyangkut cara mereka membedakan hal-hal baik dan buruk. Gagasan kedua menyoroti bahwa faktor utama yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah kepuasan hidup.

Lembaga swadaya masyarakat Rifka Annisa WCC Yogyakarta dipilih sebagai lokasi penelitian karena dedikasinya dalam berkomitmen pada penghapusan kekerasan terhadap perempuan. Rifka Annisa hadir karena keprihatinan yang dalam pada kecenderungan budaya patriarki yang pada satu sisi memperkuat posisi laki-laki tetapi di sisi lain memperlemah posisi perempuan. Budaya Patriarki ini membuat perempuan rentan mengalami kekerasan baik fisik, psikis, ekonomi, sosial, maupun seksual seperti pelecehan dan perkosaan. Hal inilah yang membuat Rifka Annisa muncul sebagai lembaga swadaya masyarakat yang bergerak pada upaya penghapusan kekerasan terhadap perempuan.

Selain itu, Rifka Annisa juga pernah menangani kasus kekerasan terhadap perempuan lainnya. Terdapat 285 kasus yang ditangani Rifka Annisa berdasarkan rangkuman data kasus tahun 2022-2023. Kejahatan-kejahatan tersebut antara lain pelecehan seksual (60 kasus), pemerkosaan (37 kasus), kekerasan dalam pasangan (36

kasus), penganiayaan terhadap pasangan (135 kasus), perdagangan orang (1 kasus), dan berbagai situasi lainnya (2 kasus). Jika dilihat dari data tahunannya kasus kekerasan yang ditangani Rifka Annisa telah mengalami penurunan. Dari jumlah kasus keseluruhan pada tahun 2022 terdapat 173 kasus yang ditangani, sedangkan pada tahun 2023 terdapat 112 kasus yang ditangani. Hasilnya, jumlah kejadian kekerasan yang ditangani Rifka Annisa WCC Yogyakarta mengalami penurunan.

Rifka Annisa Women Crisis Center (WCC) Yogyakarta juga meyakini bahwa kekerasan terhadap perempuan terjadi karena adanya berbagai faktor yang saling mendukung. Oleh karena itu, Rifka Annisa WCC Yogyakarta dalam melakukan konseling menggunakan kerangka kerja ekologis (ecological framework) untuk memahami penyebab terjadinya kekerasan terhadap perempuan. Adapun kerangka kerja ekologis ini digambarkan sebagai 5 lingkaran konsentris yang saling berhubungan antara satu dengan lainnya, sebagai berikut: (1) lingkaran pertama, adalah riwayat biologis dan personal yang dibawa masing-masing individu ke dalam tingkah laku dalam suatu hubungan; (2) lingkaran kedua merupakan konteks yang paling dekat di mana kekerasan seringkali terjadi, keluarga, kenalan, dan hubungan dekat lainnya; (3) lingkaran ketiga adalah institusi dan struktur sosial, baik formal maupun informal, di mana hubungan tertanam baik dalam bentuk pertetangaan, tempat kerja, jaringan sosial dan kelompok kemitraan; (4) lingkaran keempat adalah lingkungan ekonomi dan sosial, termasuk norma-norma budaya dan sistem hukum negara; dan (5) lingkaran kelima, adalah lingkungan ekonomi dan sosial global, institusi dan struktur sosial global, jaringan global dan kelompok kemitraan bilateral atau global.

Yayasan Rifka Annisa WCC Yogyakarta memberikan konseling individual kepada perempuan korban kekerasan dalam pacaran karena memiliki banyak manfaat, seperti: (1) praktis; (2) memberikan kesempatan kepada anggota untuk memberikan dan menerima masukan; (3) mengajar anggota bagaimana mempraktikkan perilaku baru; dan (4) mampu digunakan untuk menggali permasalahan apa pun yang mungkin dihadapi anggota dan membantu anggota belajar untuk lebih mempercayai orang lain. Dengan mengembangkan persahabatan yang akrab dengan peserta lain, dapat memperkuat jaringan dukungan Anda. Karena Rifka Annisa mengadvokasi hak-hak

perempuan dan melindungi perempuan korban kekerasan, permasalahan ini menarik untuk diteliti lebih lanjut sehingga ia dipilih sebagai subjek penelitian.

Maka dari hal tersebut, peneliti mengangkat judul proposal ini yaitu: **“Konseling Individu Dalam Membentuk Kesejahteraan Psikologis Pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Pacaran (Studi Kasus di Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta)”**.

B. Rumusan Masalah

Mendasarkan deskripsi latar belakang tersebut, permasalahan yang menjadi bidikan dalam proposal penelitian ini adalah “Bagaimana Proses Konseling Individu dalam Membentuk Kesejahteraan Psikologis pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Pacaran. Studi kasus di Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta?”.

C. Tujuan Penelitian

Mendasarkan rumusan masalah tersebut, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah “Untuk mengetahui proses pelaksanaan konseling individu dalam membentuk kesejahteraan psikologis perempuan korban kekerasan dalam pacaran di Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta”.

D. Manfaat Penelitian

Diharapkan penelitian ini akan menghasilkan keuntungan teoritis dan praktis.

1. Temuan penelitian ini, secara teori, seharusnya memajukan bidang terapi individu, khususnya yang berkaitan dengan kesehatan psikologis perempuan yang menjadi korban kekerasan dalam pacaran.
2. Secara praktis, temuan penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan layanan konseling one-on-one yang diberikan oleh Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta dalam dedikasinya membantu perempuan yang mengalami kekerasan dalam pacaran untuk mengembangkan kesejahteraan psikologis dan mampu membangun kembali kepercayaan.

E. Tinjauan Pustaka

Dari sudut pandang peneliti, evaluasi literatur mencakup sejumlah makalah yang relevan dengan penyelidikan ini, seperti:

1. Penelitian Aris Prabowo Sulistianto (2021), dengan judul “Dinamika Psikologis pada Korban Kekerasan dalam Berpacaran”. Temuan penelitian ini memperjelas bahwa siswi yang mengalami kekerasan dalam pacaran mengalami perubahan emosi, sikap, dan perilaku. Diantaranya adalah syok atau guncangan, trauma pada korban, dan masalah kesehatan mental.
2. Penelitian Airin Triwahyuni dan Clement Eko Prasetio (2022), berjudul “Gangguan Psikologis dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Baru”. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis dapat memprediksikan munculnya indikasi gangguan mental pada mahasiswa yang berada pada tahun pertama. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran tentang hubungan antara gangguan psikologis dan kesejahteraan psikologis dan menganalisis aspek kesejahteraan psikologis yang dapat membantu mencegah gangguan psikologis muncul pada mahasiswa tahun pertama mereka.
3. Penelitian Intan Permatasari (2018), berjudul ”Kekerasan Dalam Hubungan Pacaran di Kalangan Mahasiswa: Studi Refleksi Pengalaman Perempuan”. Temuan penelitian ini memberikan wawasan mengenai faktor-faktor yang menyebabkan perempuan menjadi korban kekerasan dalam pacaran, antara lain faktor non-psikologis dan sosiologis. Faktor-faktor ini, khususnya yang berkaitan dengan cost dan benefit sehingga menjadi makhluk irasional dengan pertimbangan terhindar dari social bullying melalui prestige dan untuk memenuhi kebutuhan afeksi.
4. Penelitian Yogi Abdul Aziz (2018) dengan judul “Strategi Coping Perempuan Korban Kekerasan dalam Pacaran di Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta”. Temuan penelitian ini memperjelas bahwa perempuan muda yang mengalami kekerasan dalam pacaran mencari dukungan dari teman, keluarga, dan Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta, serta lembaga sosial lainnya, sebagai mekanisme penanggulangannya. Sementara itu, alasan yang mendasari korban menggunakan strategi coping adalah, untuk menghindari masalah yang sedang dihadapi, memutuskan hubungan dengan pelaku, fokus diri kepada masa depan, erapis Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta menggunakan dua pendekatan, yaitu problem-

focused coping (PFC) dan Emotion-focused coping (EFC), untuk membantu korban menghindari masalah yang mereka hadapi, memutuskan hubungan dengan pelaku, berkonsentrasi pada masa depan dan pertimbangkan opsi lain.

5. Penelitian Nindya Vita Cahyadi (2019) dengan judul “Peran Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) Rifka Annisa Women Crisis Centre (WCC) dalam Mengubah Perspektif Kesetaraan Gender Remaja Laki-laki Sebagai Upaya Pencegahan Kekerasan Terhadap Perempuan”. Berdasarkan temuan penelitian, Rifka Annisa WCC Yogyakarta padadasarnya memiliki tiga program MenCare, SAPA SETARA, dan Prevention yang seharusnya dilakukan oleh Rifka Annisa WCC Yogyakarta dalam mengatasi permasalahan. Selain itu harus memenuhi konsep persyaratan AGIL (Adaptation, Goal Attainment (tujuan tercapai), Integration, Latency (pemeliharaan pola). Artinya, lembaga tersebut harus cukup fleksibel untuk menyesuaikan diri dengan situasi apa pun yang muncul selama program berlangsung dan mencapai tujuan untuk mengubah cara pandang remaja laki-laki terhadap kesetaraan gender. Manusia yang bertransisi dari keadaan kekerasan ke keadaan tanpa kekerasan, mampu menggabungkan semua elemen program, dan mampu mempertahankan dan meningkatkan program untuk memenuhi persyaratan izin. LSM Rifka Annisa WCC Yogyakarta sendiri berperan sebagai penyelenggara program, implementator dan konseptor program, penjaga keberlangsungan program, sampai mengatasi permasalahan selama berlangsungnya program sesuai dengan kriteria AGIL.

Judul penelitian yang dipilih peneliti dan kelima penelitian tersebut mempunyai persamaan dan perbedaan sebagai berikut:

1. Persamaan atau Kelemahan

Adanya persamaan dengan penelitian: (1) Aris Prabowo Sulistianto, yang sama-sama membahas tentang permasalahan kekerasan dalam pacaran; (2) Airin Triwahyuni dan Clement Eko Prasetyo, sama-sama membahas tentang permasalahan kesejahteraan psikologis; (3) Intan Permatasari, sama-sama membahas tentang kekerasan dalam pacaran; (4) Yogi Abdul Aziz yang juga bercerita tentang kekerasan dalam pacaran yang

dilakukan di Women Crisis Center Rifka Annisa Yogyakarta dan (5) Nindya Vita Cahyadi yang juga bercerita tentang kekerasan dalam pacaran yang dilakukan di Women Crisis Center Rifka Annisa Yogyakarta.

Melihat persamaan atau kelemahan dengan kelima penelitian tersebut, maka tidak menutup kemungkinan dalam landasan teori nanti akan ditemukan persamaan dan atau data-data hasil survei baik tentang kesejahteraan psikologis dan perempuan korban kekerasan dalam pacaran dan profil Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta.

2. Perbedaan atau Kelebihan

Adanya perbedaan dengan penelitian: (1) Aris Prabowo Sulistianto, masih bersifat umum belum membahas secara khusus, tidak membahas tentang konseling individu dan kesejahteraan psikologis. Sedangkan penelitian ini lebih spesifik yaitu tentang studi kasus yang ditangani oleh Rifka Annisa WCC Yogyakarta; membahas tentang bagaimana proses pelaksanaan konseling individu; membahas tentang kesejahteraan psikologis perempuan korban kekerasan dalam pacaran; (2) Airin Triwahyuni & Clement Eko Prasetio, membahas tentang kekerasan pada mahasiswa baru; tidak membahas tentang konseling individu. Sedangkan penelitian ini objek kajiannya tidak pada mahasiswa baru tetapi mendasarkan pada kasus konseling individu yang ditangani oleh Rifka Annisa WCC Yogyakarta dimana perempuan korban kekerasan dalam pacaran tidak menutup kemungkinan korbananya juga mahasiswa baru; (3) Intan Permatasari, membahas tentang kekerasan pada mahasiswa; tidak membahas tentang konseling individu. Sedangkan penelitian ini objek kajiannya tidak pada mahasiswa baru tetapi mendasarkan pada kasus konseling individu yang ditangani oleh Rifka Annisa WCC Yogyakarta dimana perempuan korban kekerasan dalam pacaran tidak menutup kemungkinan korbananya juga mahasiswa; (4) Yogi Abdul Aziz, membahas tentang strategi coping, sedangkan penelitian ini membahas tentang konseling individu dan kesejahteraan psikologis; dan (5) Nindya Vita Cahyadi tidak membahas konseling individu atau kesejahteraan psikologis ketika ia berbicara tentang peran Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta dalam mempengaruhi

pandangan remaja laki-laki tentang kesetaraan gender dan upaya untuk mencegah kekerasan terhadap perempuan. Sedangkan penelitian ini membahas tentang konseling individu dan kesejahteraan psikologis.

Melihat perbedaan atau kelebihan dengan kelima penelitian tersebut, maka judul penelitian ini secara spesifik belum ada yang membahas. Oleh karena itu, penelitian ini dapat dilanjutkan.

F. Metode Penelitian

1) Jenis dan Pendekatan

Jenis penelitian ini adalah kualitatif, khususnya penelitian deskriptif kualitatif. Selain menyajikan, menganalisis, dan menafsirkan data, penelitian deskriptif bertujuan untuk memberikan penjelasan berdasarkan data untuk suatu isu kontemporer. Berbeda dengan eksperimen yang instrumen utamanya adalah peneliti, penelitian dengan metode ini mengkaji kondisi objek alam. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah kolaboratif, disertai analisis induktif, dan temuan penelitian lebih menekankan pada makna daripada generalisasi (Sugiyono, 2017). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk lebih memahami proses konseling individu yang ditangani Rifka Annisa WCC Yogyakarta guna mengembangkan kesejahteraan psikologis pada wanita korban kekerasan dalam pacaran.

Penelitian ini memberikan gambaran atau deskripsi hasil pengamatan dari data yang dikumpulkan, yang kemudian dianalisis dan dijelaskan dengan kata-kata. Untuk mengungkap sesuatu yang tersembunyi di balik fenomena, yang kadang-kadang menjadi sesuatu yang sulit untuk dipahami,

Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah berbasis studi kasus. Menurut Creswell, strategi studi kasus adalah suatu metodologi yang digunakan untuk mengkaji dan memahami suatu kejadian atau permasalahan dengan mengumpulkan berbagai bentuk data, yang selanjutnya dianalisis untuk memperoleh suatu penyelesaian, sehingga menyelesaikan permasalahan yang diungkapkan (Harahap, 2020).

Dengan demikian, tujuan dari pemilihan tipe kualitatif di Rifka Annisa WCC Yogyakarta ini adalah untuk mengetahui lebih jauh dan mengumpulkan informasi mengenai peran konseling individu dalam membentuk kesejahteraan psikologis perempuan korban kekerasan dalam pacaran.

2) Sumber Data

Objek penelitian atau tempat diperolehnya data penelitian adalah sumber data. Dalam penelitian ini, data primer dan sekunder adalah dua jenis sumber data yang digunakan peneliti, sebagai berikut:

a. Sumber data primer

Sumber data primer adalah catatan tertulis hasil observasi dan wawancara informan dengan pihak-pihak terkait mengenai konseling individu dalam membangun kesejahteraan psikologis pada perempuan korban kekerasan dalam pacaran di Rifka Annisa WCC Yogyakarta, baik dengan konselor maupun klien. Ini merupakan sumber data primer yang diperoleh langsung dari responden.

Sumber data utama penelitian ini mencakup anggota staf, konselor, dan perempuan korban kekerasan dalam pacaran. Data primer yang diperoleh merupakan hasil wawancara dengan staf, konselor dan perempuan korban kekerasan dalam pacaran di Rifka Annisa WCC Yogyakarta. Data primer yang diperoleh merupakan data mengenai proses pelaksanaan konseling yang dilakukan oleh konselor Rifka Annisa dalam membentuk kesejahteraan psikologis pada perempuan korban kekerasan dalam pacaran.

b. Sumber data sekunder

Sumber data tambahan atau sekunder mencakup dokumen tertulis atau foto. buku, disertasi, tesis, skripsi, majalah ilmiah, dan jurnal ilmiah merupakan contoh sumber data tambahan. Sumber-sumber ini memuat hasil penelitian dan dapat digunakan yang memuat hasil penelitian yang dapat dijadikan informasi awal dalam

memulai penelitian. Untuk memperkuat data primer diperlukan sumber data sekunder.

3) Teknik Pengumpulan Data

Peneliti menggunakan observasi, wawancara, dan prosedur dokumentasi sebagai berikut sebagai metode pengumpulan data dalam penelitian ini:

a. Observasi

Dengan menggunakan pengumpulan data rekaman langsung pada lokasi objek penelitian, teknik observasi digunakan untuk mengamati tindakan yang dilakukan guna mengumpulkan fakta. Karena beberapa individu terlibat dalam pendekatan pengumpulan observasi ini, peneliti akan melakukan observasi langsung. Dalam melakukan pengamatan ini, peneliti tidak menggunakan instrumen yang telah baku, akan tetapi hanya berupa rambu-rambu pengamatan dengan datang untuk melakukan pengamatan. Dengan menggunakan pendekatan ini, peneliti mengkaji data mengenai proses konseling individu terhadap kesejahteraan psikologis perempuan korban kekerasan dalam pacaran di Rifka Annisa WCC Yogyakarta.

Metode ini peneliti lakukan dengan observasi partisipan (dengan melihat langsung) ataupun non partisipan (tidak melihat langsung) terkait dengan pelaksanaan konseling individu dalam membentuk kesejahteraan psikologis perempuan korban kekerasan dalam pacaran di Rifka Annisa WCC Yogyakarta.

b. Wawancara

Dalam wawancara, peneliti dan informan atau subjek penelitian saling bertukar pertanyaan dan tanggapan guna berkomunikasi, terlibat, dan memperoleh informasi (Hamzah, 2019). Teknik wawancara adalah salah satu teknik yang dilakukan oleh pewawancara (interview) dalam rangka menggali informasi dari

terwawancara dengan menggunakan instrumen atau butir pertanyaan yang telah disusun oleh peneliti untuk dijadikan panduan kepada terwawancara terkait dengan program dan pelaksanaan konseling individu dalam membentuk kesejahteraan psikologis perempuan korban kekerasan dalam pacaran di Rifka Annisa WCC Yogyakarta.

Subjek wawancara dalam penelitian ini meliputi staff Rifka Annisa, konselor, dan perempuan yang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran (KDP). Wawancara yang dilakukan dengan staff Rifka Annisa dilakukan untuk mendapatkan data mengenai proses pembentukan lembaga dan layanan yang ada di Rifka Annisa. Selain itu, data mengenai proses pelaksanaan konseling individu dalam membangun kesejahteraan psikologis, serta konsep dan praktik yang digunakan selama pelaksanaan konseling diperoleh melalui wawancara dengan konselor. Selain itu, untuk mendapatkan informasi mengenai perasaan dan tanggapan korban selama prosedur konseling, dilakukan wawancara dengan perempuan korban kekerasan.

c. Dokumentasi

Mencari informasi tentang suatu hal dalam bentuk catatan atau data yang diperlukan itulah yang dimaksud dengan dokumentasi. Salah satu metode yang digunakan untuk melengkapi data penelitian berupa transkrip wawancara, arsip dokumen, foto penelitian, dan data lain yang mendukung tujuan penelitian ini terkait dengan program dan pelaksanaan konseling individu dalam membentuk kesejahteraan psikologis perempuan korban kekerasan dalam pacaran di Rifka Annisa WCC Yogyakarta.

4) Teknik Validitas Data

Tujuan validasi data, disebut juga validitas data, adalah untuk memastikan bahwa semua informasi yang dikumpulkan peneliti akurat, relevan, dan benar. Hal ini dilakukan demi menjaga dan menjamin keakuratan informasi dan data yang telah dikumpulkan. Ada beberapa syarat yang harus dipenuhi untuk mendapatkan data yang dapat dipercaya. Data yang valid menunjukkan tingkat ketepatan antara data yang dikumpulkan peneliti dengan data yang diperoleh dari objek di lapangan. Dalam penelitian kualitatif, teknik yang paling populer untuk meningkatkan validitas data adalah triangulasi. Triangulasi diartikan sebagai “suatu teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu selain data itu untuk keperluan pemeriksaan atau sebagai pembanding keabsahan data” oleh Lexy, J. Moleong (2019). Triangulasi digunakan untuk mencari data sehingga dapat terbentuk kesimpulan yang akurat dari analisis yang valid.

Peneliti dapat mencapai hasil yang valid dengan cara ini, mengambil dari beberapa perspektif dan mendorong penerimaan terhadap kebenaran. Peneliti menggunakannya untuk membandingkan data hasil wawancara yang relevan dengan data dokumentasi. Hasilnya, informasi dari sumber lain bersifat unik. Wawancara dengan berbagai informan merupakan sumber lain yang relevan. Ada kemungkinan bahwa berbagai informan mempunyai pandangan berbeda. Triangulasi teknis dan triangulasi sumber data adalah dua metode triangulasi yang digunakan:

a. Triangulasi Sumber

Menguji informasi dari banyak sumber informan dikenal dengan istilah triangulasi sumber. Untuk memverifikasi kebenaran data, peneliti menggunakan triangulasi sumber, yaitu data referensi silang yang dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Data tentang konseling individu dalam membentuk kesejahteraan psikologis pada perempuan korban kekerasan dalam pacaran di Rifka Annisa dibandingkan menggunakan beberapa sumber, dengan masukan antara lain dari staf, konselor, dan korban kekerasan dalam pacaran.

b. Trianggulasi Teknik

Dengan menentukan dan mencari kebenaran data dari sumber yang sama dengan menggunakan beberapa cara, metodologi triangulasi menguji kekuatan data untuk menentukan dapat dipercaya atau tidaknya data tersebut. Triangulasi teknik yang digunakan peneliti untuk menilai keandalan data dengan cara membandingkannya pada sumber yang sama dengan menggunakan beberapa metode. Misalnya, informasi dikumpulkan melalui wawancara, diverifikasi melalui dokumentasi dan observasi, dan sebagainya. untuk memenuhi persyaratan pembentukan kesimpulan. Proses triangulasi dilakukan bersamaan dengan kerja lapangan untuk memastikan bahwa peneliti mengumpulkan semua data yang tersedia.

5) Teknik Analisis Data

Menurut Miles dan Humberman, analisis data kualitatif adalah proses berkelanjutan yang berakhir ketika data yang diperlukan dikumpulkan dan diproses secara interaktif.

Pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi adalah beberapa tugas yang terlibat dalam analisis data.

- a. Pengumpulan data yaitu tugas utama penelitian (Sugiyono, 2017). Dalam hal ini, peneliti menggunakan studi dokumentasi subjek dan pendekatan wawancara untuk mengumpulkan data.
- b. Reduksi data, yang meliputi pemadatan, identifikasi poin-poin penting, konsentrasi pada hal yang penting, dan pencarian tren dan tema (Sugiyono, 2017). Dalam penelitian ini, reduksi data dilakukan melalui metode analitis yang mengenali, mengelompokkan, memandu, dan menghilangkan unsurunsur yang dianggap berlebihan. Kesimpulan dapat dibuat dan dijelaskan bersama mereka. Peneliti dalam hal ini akan berusaha mendapatkan data terkait konseling individu dalam membentuk kesejahteraan psikologis pada perempuan korban kekerasan dalam pacaran.

- c. Data Display (Menampilkan Data). Penyajian data dalam bentuk uraian singkat, hubungan antar kategori, flowchart, dan sejenisnya (Sugiyono, 2017). Peneliti berusaha memberikan penjelasan naratif yang ringkas mengenai temuan penelitian. Data disajikan sedemikian rupa sehingga mudah dipahami, terstruktur, dan terorganisir.
- d. Conclusion Drawing atau verification, yaitu langkah untuk menarik suatu kesimpulan dan verifikasi (Sugiyono, 2017). Untuk memastikan penelitian ini membuahkan hasil yang segar, peneliti mengembangkan kesimpulan dan melakukan verifikasi untuk mendukung kesimpulan tersebut.

G. Sistematika Penulisan

Ada tiga bagian dalam sistem penulisan ini: bagian depan, bagian inti, dan bagian belakang. Bagian depan berisi tentang halaman sampul, halaman keaslian penelitian, halaman nota pembimbing, halaman pengesahan pembimbing, halaman motto, halaman persembahan, kata pengantar, daftar isi, daftar tabel, daftar gambar, dan abstrak.

BAB I : Pendahuluan, berisi tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka dan metodologi penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II : Kerangka teori, bab ini berisi tentang uraian teori-teori yang berkaitan dengan judul penelitian. Dalam bab dua ini dibagi menjadi *Pertama*, meliputi: pengertian konseling individu, konseling individu dalam islam, tujuan konseling individu, metode konseling individu, teknik-teknik konseling individu, dan proses pelaksanaan konseling individu *Kedua*, meliputi: pengertian kesejahteraan psikologi, faktor- faktor kesejahteraan psikologis, indikator dan ciri-ciri kesejahteraan psikologis. *Ketiga*, pengertian kekerasan dan pacaran, pengertian kekerasan dalam pacaran, bentuk-bentuk kekerasan dalam pacaran, aspek-aspek kekerasan dalam pacaran, dan dampak kekerasan dalam pacaran.

- BAB III : Fokus penelitian, bab ini berisi. *Pertama* gambaran umum dan objek penelitian di Rifka Annis WCC Yogyakarta (sejarah berdirinya, visi, misi dan tujuan Rifka Annisa WCC Yogyakarta, struktur organisasi, data kasus yang ditangani). *Kedua*, deskripsi hasil penelitian, proses pelaksanaan dan hasil akhir dari proses pelaksanaan konseling individu dalam membentuk kesejahteraan psikologis perempuan korban kekerasan dalam pacaran di Rifka Annisa WCC Yogyakarta.
- BAB IV : Analisis Penelitian, bab ini berisi tentang analisis proses pelaksanaan untuk membentuk kesejahteraan psikologis perempuan korban kekerasan dalam pacaran dan analisis hasil akhir dari pelaksanaan konseling individu dalam membentuk kesejahteraan psikologis perempuan korban kekerasan dalam pacaran di Rifka Annisa WCC Yogyakarta, yang dikaitkan teori yang ada pada bab II dan di interpretasikan sesuai pemikiran peneliti.
- BAB V : Penutup. Dalam bab ini peneliti akan memberikan kesimpulan dari keseluruhan bahasan skripsi, serta saran terhadap tujuan dan manfaat yang diharapkan dapat diambil dari tulisan ini.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konseling Individu

1) Pengertian Konseling Individu

Menurut Shertzer dan Stone dalam (Fatchurrahman, 2018), konseling adalah suatu jenis proses pembelajaran dimana seseorang belajar tentang dirinya dan hubungan interpersonalnya sekaligus mengembangkan potensi dirinya sebagai sarana perbaikan diri. Proses konseling adalah hubungan profesional antara konselor dan klien (person to person) dengan tujuan membantu klien memahami dan memperjelas keadaan hidupnya serta belajar bagaimana membuat keputusan dan keputusan yang tepat saat menghadapi permasalahannya. Sedangkan definisi konseling menurut Berdnad & Fullmer “Konseling adalah meliputi pemahaman dan hubungan individu untuk mengungkapkan kebutuhan-kebutuhan, motivasi dan potensi-potensi yang unik dari individu yang bersangkutan untuk mengapresiasi hal tersebut.

Syafaruddin (2019) mendefinisikan konseling sebagai sesi tatap muka antara konselor dan klien melibatkan upaya khusus yang berisi usaha yang unik dan manusiawi, yang dilakukan dalam suasana keahlian dan yang didasarkan atas norma-norma yang berlaku. Di dalam pelayanan konseling terdapat beberapa bentuk dari konseling itu sendiri antara lain: konseling perorangan (individual) dan konseling kelompok.. Sedangkan Prayitno dan Erman Amti dalam Deni Febrini (2020) mengartikan konseling sebagai proses pemberian dukungan melalui wawancara konseling yang dilakukan oleh seorang ahli yang disebut konselor kepada orang yang mempunyai masalah yang disebut klien untuk membantu mereka menyelesaikan masalah mereka.

Menurut Dewa Ketut Sukardi dan Nila Kusmawati (2017), konseling individual dicirikan sebagai suatu jenis konseling dimana klien bertemu langsung dengan konselor untuk mendiskusikan permasalahannya dan mencari solusi. Menurut Sofyan S. Willis (2019), konseling individual terdiri dari pertemuan tatap muka antara konselor dan konseli dimana dibangun rapport, upaya konselor untuk mendukung perkembangan pribadi konseli,

dan konseli dapat mengantisipasi permasalahan. melalui interaksi langsung. antara klien dan konselor dengan membicarakan permasalahan klien secara detail, menyentuh permasalahan yang penting, bersifat luas dan menyikapi berbagai permasalahan yang berkaitan dengan permasalahan klien, namun juga fokus pada penyelesaian permasalahan tersebut.

Pengertian konseling individual seperti yang dikemukakan oleh (Ramli & Dkk, 2017), merupakan salah satu jenis konseling dimana klien dapat bertemu langsung dengan konselor secara tatap muka untuk berdiskusi dan mengatasi permasalahan pribadi yang dialaminya. layanan yang membantu klien dalam menyelesaikan masalah pribadi. Menurut perspektif Islam, konseling pada dasarnya adalah tindakan membimbing, mendukung, dan menunjukkan kepada klien bagaimana meningkatkan kapasitas mental, spiritual, dan mentalnya serta bagaimana mengatasi hambatan dan kembali ke jalan yang lebih baik. dengan kehendak Allah. SWT, sebagaimana tercantum dalam Surat Yunus ayat 57 Al-Qur'an:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

“Wahai manusia! Sungguh, telah datang kepadamu pelajaran (AlQur'an) dari Tuhanmu, penyembuh bagi penyakit yang ada dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang yang beriman” (Q.S. Yunus: 57).

Berdasarkan penjelasan di atas, konseling dapat diartikan sebagai proses seorang konselor membantu klien memahami dan membimbing hidupnya sesuai dengan tujuannya serta mampu menyelesaikan permasalahan dengan cara yang sesuai dengan petunjuk Allah SWT yang terdapat dalam Al-Qur'an.

Ajaran Islam dalam Al-Qur'an menjelaskan tidak hanya bagaimana menjalani kehidupan yang berakhlak, mengembangkan kepribadian, membangun keluarga yang layak, dan mewujudkan masyarakat Islami, tetapi juga bagaimana menjalani kehidupan yang layak (Bukhori, 2014). Salah satu ikhtiar dakwah Irsyad adalah proses membantu perempuan-perempuan yang

mengalami kekerasan/pelecehan. Yang dimaksud dengan “Dakwah Irsyad” adalah proses pemberian bantuan terhadap diri sendiri (irsyad nafsiyah), individu (irsyad fardiyah), dan kelompok kecil (irsyad fiah qalilah) untuk mengatasi rintangan dan membangun kehidupan yang salam, hasanah thayibah, dan mendapat keberkahan dari Allah (Arifin, 2008).

Selain itu, dakwah harus membantu pemahaman diri, mengarahkan individu ke arah kebenaran, membantu mereka mencapai potensi maksimalnya, dan pada akhirnya membantu pengembangan kepribadian mereka (Ahmad Putra, 2019). Maka dari itu konselor adalah Da’i sedangkan perempuan korban kekerasan dalam pacaran adalah Mad’u, oleh karena itu seorang konselor harus memberikan rasa nyaman serta ketenangan pada kliennya. Tujuan dari konseling individu adalah untuk membantu klien dalam mewujudkan tujuan perkembangannya, yang meliputi kesadaran diri, kemandirian, kekuatan, dan ruang untuk berkembang.

Dalam proses bantuan konseling, hubungan profesional dibentuk antara konselor dan klien untuk membantu klien lebih memahami dirinya sendiri, belajar bagaimana mengambil keputusan, dan memecahkan kesulitan guna mendukung perkembangan yang optimal. Terlihat jelas bahwa posisi konselor adalah sebagai fasilitator, membantu klien memahami masalah dan mencari solusi, dengan klien mengambil peran utama (Purnama, 2018).

Berdasarkan beberapa definisi, konseling individu dapat didefinisikan sebagai proses seorang konselor yang secara langsung membantu klien dalam pertemuan tatap muka dengan tujuan meringankan atau menyelesaikan permasalahan yang dirasakan klien.

2) Tujuan Konseling Individu

Tujuan umum dari konseling individu adalah untuk membantu klien menstrukturkan kembali masalahnya dan menyadari life style serta mengurangi penilaian negatif terhadap dirinya sendiri serta perasaan-perasaan yang menganggunya dan membantu untuk mengentaskan permasalahan yang ada pada diri konseli (Husni, 2017). Selanjutnya, membantu memperbaiki pemahaman mereka terhadap lingkungan sekitar,

memungkinkan klien mengarahkan tingkah lakunya mereka dan menumbuhkan kembali gairah minat sosial (Abidin, 2009).

Tujuan konseling individual adalah membantu klien menjadi mandiri dan tidak bergantung pada konselor. Setelah menerima bantuan, klien diharapkan menjadi mandiri dan memiliki keterampilan utama berikut: mengenal diri sendiri dan dunia di sekitarnya, menerima diri sendiri dan dunia di sekitarnya secara positif dan dinamis, mengambil keputusan secara mandiri, dan menyadari diri sendiri secara maksimal. serta mewujudkan diri secara optimal sesuai potensi, minat dan kompetensi yang dimiliki (Andriyani, 2018).

Sedangkan Prayitno dalam Nasution dan Abdillah (2019) menyebutkan sebagai berikut tujuan tepat konseling individu: (1) fungsi pemahaman, (2) fungsi pengentasan, (3) fungsi membangun atau pemeliharaan, (4) fungsi pencegahan, dan (5) fungsi advokasi. Selain itu, Nasution dan Abdillah (2019) mengutip keyakinan Gibson, Mitchell & Basile bahwa konseling individu memiliki sembilan (9) tujuan, yaitu sebagai berikut:

1. *Tujuan perkembangan* adalah membantu klien tumbuh dan berkembang sekaligus membantu mereka memprediksi apa yang akan terjadi sepanjang perjalanannya (misalnya perkembangan sosial, pribadi, emosional, kognitif, kehidupan fisik, dan sebagainya).
2. *Tujuan pencegahan*, konselor membantu klien menghindari hasil yang tidak menguntungkan sebagai bagian dari pencegahan.
3. *Tujuan peningkatan* adalah agar konselor membantu klien memperoleh keterampilan dan bakat baru.
4. *Tujuan perbaikan* adalah membantu klien dalam mengatasi dan/atau menghilangkan perkembangan yang tidak diinginkan.
5. *Tujuan penyelidikan* adalah untuk menentukan apakah layak untuk melihat kemungkinan-kemungkinan, menilai kemampuan, mencoba kegiatan-kegiatan baru dan menarik, dan sebagainya.

6. *Tujuan penguatan*, membantu orang memahami bahwa apa yang mereka lakukan, pikirkan, dan rasakan adalah positif adalah tujuan penguatan.
7. *Tujuan kognitif*, bahan dasar pembelajaran dan kemampuan kognitif dihasilkan oleh tujuan kognitif.
8. *Tujuan fisiologis* adalah untuk menanamkan pengetahuan dasar dan praktik gaya hidup yang meningkatkan kesehatan.
9. *Tujuan psikologis* adalah membantu pengembangan konsep diri positif, belajar mengontrol emosi, keterampilan sosial, dan kemampuan lainnya.

Sedangkan menurut Tohirin dalam Syafaruddin, Syarqawi, & Siahaan (2019) konseling individual bertujuan untuk membantu klien memahami keadaan dirinya, lingkungan sekitar, kesulitan yang dihadapi, kelebihan dan kekurangannya, serta cara mengatasinya. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa tujuan konseling individu adalah untuk membantu klien mengatasi kesulitannya.

Berdasarkan penjelasan ini mengarah pada kesimpulan bahwa tujuan konseling individu adalah membantu klien mengatasi masalahnya dan meningkatkan kualitas hidupnya sehari-hari.

3) Metode Konseling Individu

Metode dapat dikatakan sebagai suatu kegiatan atau cara yang harus dilakukan untuk mencapai suatu tujuan. Dalam karyanya Samsul Munir Amin mengemukakan ada beberapa metode sebagai berikut:

- a) Metode wawancara adalah sebuah instrument untuk memperoleh fakta/data/informasi dari informan secara lisan.
- b) Client centered method, yaitu metode yang memusatkan pada suasana klien. Dr. William E. Hulme dan Wayne K. Cliner berpendapat mengenai metode bahwasannya lebih cocok untuk dilakukan saat proses layanan konseling. Pada metode ini konselor harus lebih sabar dalam menghadapi klien dalam mengungkapkan batin.

- c) *Konseling Direktif*, adalah jenis psikotrapi yang berpusat pada peran aktif konselor pada proses konseling berlangsung, di mana seorang konselor secara langsung memberikan jawaban terhadap masalah yang klien ketahui sebagai dasar kecemasannya. (Amin, 2010).
- d) Metode psikoanalisis yang pertama kali dikembangkan oleh Sigmund Freud merupakan suatu teknik dalam konseling yang berpusat pada alam bawah sadar klien (Putra, 2020)

Sedangkan metode konseling menurut Adi Jawahir adalah penyesuaian diri, menghadapi konflik, dan pergaulan bagi setiap individu (Jawahir, 2021). Selain itu, ada tiga pendekatan menurut Tohirin dalam (Husni, 2017) yang juga banyak digunakan dalam konseling individu: (1) *Konseling direktif*, pendekatan ini dipelopori oleh E.G. Williamson dan J.G Darley yang berasumsi dasar bahwa klien tidak mampu menyelesaikan masalahnya sendiri. Maka dari itu, klien membutuhkan bantuan dari orang lain, yaitu konselor. Oleh karena itu, inisiatif dan peran utama dalam pemecahan masalah berada di bawah kendali konselor klien menerima perlakuan dan menerima keputusan yang dibuat oleh konselor atau keputusan yang dibuat secara bersamaan. Untuk digunakan dalam proses diagnosis konseling, konseling direktif ini membutuhkan data lengkap tentang klien. (2) *Konseling non direktif*, konseling non-direktif ini juga disebut “*client centered therapy*”, yaitu pendekatan yang dipelopori oleh Carl Rogers dari Universitas Wisconsin di AS. Dari pendekatan ini, klien diberi kesempatan mengemukakan persoalan, perasaan, dan pikirannya secara bebas, Pendekatan ini berasumsi dasar bahwa seseorang yang punya masalah pada dasarnya punya potensi dan mampu menyelesaikan masalahnya sendiri. Tapi karena hambatan, potensi dan kemampuannya itu tidak bisa berkembang atau berfungsi sebagaimana mestinya dan (3) *konseling elektif*, yaitu konselor aktif membimbing klien dalam kondisi tertentu sedangkan dalam situasi lain konselor hanya menampung dan mengarahkan konselor.

Pendapat-pendapat di atas mengarah pada kesimpulan bahwa meskipun masing-masing teori mempunyai pendapat mengenai prosedur

yang digunakan, model pendekatan dari Prayitno yang akan digunakan dalam penelitian ini.

4) Teknik-teknik Konseling Individu

Implementasi Teknik layanan konseling individual bisa merujuk ke Teknik Teknik konseling secara umum. Konseling yang efektif mampu diwujudkan dengan menerapkan berbagai Teknik konseling individual menurut Bandura (Mahmud & Sunarty, 2012) sebagai berikut:

- a. *Melayani (Attending)* karena hal ini dapat meningkatkan harga diri konseli, menumbuhkan lingkungan yang nyaman, dan memfasilitasi komunikasi perasaan yang terbuka, melayani (atau menghadiri) dengan baik sangatlah penting. hubungan yang positif dapat dikembangkan antara konselor dan konseli melebihi sebatas hubungan konselor dan klien, khususnya dalam bentuk persahabatan yang berkembang setelah konseling berakhir.
- b. *Empati*, kapasitas untuk berempati dan menempatkan diri pada posisi klien dikenal sebagai empati dalam konseling. Perasaan konseli harus dapat dimengerti oleh konselor. Empati adalah kemampuan memahami dan berbagi pengalaman konseli. Penting bagi konseli untuk merasa dipahami oleh konselor dan dia menyadarinya.
- c. *Refleksi* adalah upaya konselor untuk mendapatkan informasi lebih rinci tentang pengalaman klien dengan mencerminkan Kembali emosi, gagasan, dan pemikirannya sendiri. Dalam situasi ini, konselor harus mendengarkan klien secara aktif.
- d. *Eksplorasi*, kemampuan konselor mendalami ide, perasaan, dan pengalaman klien disebut eksplorasi. Hal ini penting karena mayoritas konseli menyembunyikan rahasia batin, mengasingkan diri, atau sulit menyuarakan pikirannya secara terbuka.
- e. *Menangkap Pesan Utama*, kapasitas konselor untuk memahami poin utama yang disampaikan klien. Hal ini penting dan diperlukan karena sering kali klien menggunakan bahasa yang rumit, tidak

berbelit-belit, atau terlalu berlarut-larut untuk mengomunikasikan emosi, pikiran, dan pengalaman mereka. Intinya adalah konselor dapat menyampaikan kembali inti pernyataan konseli secara lebih sederhana.

- f. *Pertanyaan Terbuka*, bertujuan untuk membuka pertanyaan yang diajukan pada konseli untuk mengarahkan topik pembicaraan konseli.
- g. *Pertanyaan Tertutup*, bertujuan untuk menjawab pertanyaan secara tegas dari klien, hanya ada 2 jawaban yaitu “Iya atau Tidak”.
- h. *Dorongan minimal*, untuk memungkinkan konseli memimpin pembicaraan, menyelesaikannya dan dapat mengarah agar pembicaraan mencapai tujuan.
- i. *Interpretasi*, upaya konselor untuk memberi makna pada klien disebut interpretasi. Interpretasi berarti menunjukkan kepada klien melalui hipotesis mengenai relasi dan makna dalam perilaku klien.
- j. *Mengarahkan*, untuk mengarahkan dan mendorong konseli terlibat sepenuhnya dalam proses konseling, konselor harus memiliki kapasitas membimbing. Misalnya, mendorong klien yang menerima konseling untuk memvisualisasikan sesuatu atau bermain peran bersama konselor.
- k. *Menyimpulkan*, pada teknik ini diperlukan potensi konselor mampu menyimpulkan hasil dari proses konseling secara keseluruhan yang menyangkut tentang pikiran, perasaan konseli sebelum dan setelah mengikuti proses konseling. Selain itu konselor membantu konseli untuk memantapkan rencana-rencana yang telah disusunnya (Mulawarman, 2017).

Berdasarkan pemaparan diatas maka konselor harus memiliki kemampuan teknik-teknik seperti yang dijelaskan pada bagian sebelumnya. Seorang konselor menggunakan teknik-teknik konseling diatas agar mampu terciptanya proses konseling yang efektif dan memastikan proses konseling berjalan secara lancar sesuai hasil yang diharapkan.

5) Proses Pelaksanaan Konseling Individu

Proses konseling adalah suatu kegiatan yang berlangsung selama konseling serta dapat memberikan makna pada konselor maupun konseli. Secara umum, ada banyak sekali proses tahapan konseling individu anatar lain menurut Sofyan S.Wilis dibagi menjadi 3 bagian sebagai berikut:

a) Tahap Awal (Tahap perencanaan)

Tahap awal konseling meliputi beberapa kegiatan seperti mengidentifikasi, memperjelas masalah atau isu klien, membuat kontrak dengan klien, menyiapkan lokasi dan peralatan teknis untuk pemberian layanan, mengidentifikasi fasilitas layanan, menyiapkan peralatan administrasi, dan membangun hubungan baik merupakan bagian dari langkah pertama (perencanaan).

b) Tahap Pertengahan (Tahap inti)

Tahap pertengahan ini terdiri dari kegiatan konseling berkelanjutan dimana konselor bertemu dengan konseli secara empat mata untuk membantu mengatasi permasalahan klien atau untuk mendorong keterlibatan atau keterbukaan yang lebih besar dari konseli. Kegiatan penerimaan klien, pengorganisasian dan penataan, pembahasan masalah klien dengan menggunakan teknik, dorongan pengentasan masalah klien, penetapan komitmen klien untuk pengentasan masalah, dan melakukan asesmen segera, semuanya merupakan bagian dari pelaksanaan konseling individual.

c) Tahap Akhir (Tahap tindak lanjut)

Tahap akhir adalah tahap ketika perilaku konseli mulai berubah menjadi lebih baik dan mampu membuat rencana hidupnya sendiri (Rahmawati & Multi Purnomo, 2021).

Menurut Prayitno dikutip dalam (Kasmadi, 2018) proses kegiatan konseling secara umum dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut:

a) *Pengantaran*, khususnya langkah awal untuk membangun lingkungan yang membangun hubungan baik sehingga klien merasa aman, nyaman, terlibat, optimis, dan bersedia berpartisipasi dalam terapi.

Dalam hal ini, penyampaian mengacu pada situasi yang ditetapkan konselor untuk menghilangkan pengaruh apa pun terhadap klien sebelum kegiatan konseling, sehingga memungkinkan klien menyadari lingkungan konseling dan dirinya sendiri dalam sesi tersebut. Karena kesan pertama mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kesan selanjutnya, maka konselor mempunyai kewajiban untuk memberikan kesan pertama yang positif pada klien. Dibutuhkan bakat dari pihak konselor untuk melaksanakan skenario pendampingan yang sulit ini agar klien tidak merasa seolah-olah sedang dipaksa selama prosedur pengantaran.

- b) *Penjajakan*, yaitu kegiatan untuk mengungkapkan kondisi diri klien (perasaan, pikiran, keinginan, sikap, dan kehendak).

Penjajakan atau eksplorasi adalah proses yang dimulai dengan menanyakan pertanyaan-pertanyaan yang sangat mendasar untuk memeriksa berbagai hal dalam diri klien. Diharapkan bahwa konselor akan memulai dengan penyelidikan yang lugas ini dan berlanjut ke pertanyaan yang lebih terfokus yang pada akhirnya menyentuh inti dan inti permasalahan klien. Konselor harus mampu mengajukan pertanyaan, mendengarkan jawaban klien, dan menjawab satu per satu dalam suasana eksploratif.

- c) *Penafsiran*, yaitu keinginan untuk memahami dan mendalami lebih jauh atas berbagai hal yang dikemukakan klien melalui proses klien berfikir, merasa, bersikap, kemungkinan bertindak dan bertanggung jawab secara

Studi diagnostik terhadap masalah yang memerlukan koreksi mungkin menjadi fokus kegiatan ini. Upaya penafsiran yang dilakukan konselor diharapkan tidak menimbulkan kesalahan, karena hal ini dapat sangat merusak kepercayaan klien terhadap konselor. Sebaliknya, kepercayaan klien terhadap konselor akan meningkat jika konselor membaca isyarat *non-verbal*nya secara akurat. Agar upaya penafsiran yang dilakukan dapat menghasilkan makna dan makna yang sesuai dengan tujuan klien, diperlukan

pengkajian yang sangat mendalam dan tepat.

- d) *Pembinaan* diartikan yaitu kegiatan yang menunjang terbangunnya KES (kehidupan efektif sehari-hari) dan atau teratasinya kondisi KES-T (kehidupan efektif sehari-hari yang terganggu), berdasarkan hasil analisis diagnosis, terarah pada difahaminya/dikuasainya acuan yang tepat, kompetensi yang memadai, upaya yang efektif, perasaan positif dan kesungguhan yang menjamin suksesnya usaha.

Segera setelah selesai interpretasi, dilakukan kegiatan pembinaan. Tujuan dari pembinaan adalah untuk memberikan umpan balik kepada klien dan peluang untuk berkembang sehingga mereka dapat berperilaku sesuai dengan keadaan yang ada. Untuk melaksanakan proses pembinaan, konselor harus memiliki kemampuan yang diperlukan untuk membangun lingkungan yang efektif bagi konseli. Konselor berusaha membantu klien melihat bahwa apa yang dilakukannya tidak benar dan harus diubah agar sesuai dengan harapan lingkungannya.

- e) *Penilaiann*, mengacu pada proses mengidentifikasi hasil yang telah dicapai klien sebagai hasil dari aktivitas pembelajaran mereka selama proses konseling dan tindak lanjut selanjutnya.

Tahapan terakhir dalam pelaksanaan operasionalisasi layanan bimbingan dan konseling adalah melakukan evaluasi. Latihan ini digunakan untuk mengukur pemahaman klien terhadap hasil proses konseling, tingkat motivasinya untuk mengubah perilaku yang salah menjadi perilaku yang benar, dan waktu klien menerapkan perilaku yang benar ke dalam kehidupan sehari-harinya. Apakah proses konseling dapat diselesaikan dalam satu sesi atau harus diselesaikan dalam dua, tiga, empat atau lebih sesi, tergantung pada temuan prosedur penilaian konselor.

B. Kesejahteraan Psikologis

1) Pengertian Kesejahteraan Psikologis

Gagasan tentang kesejahteraan psikologis adalah keadaan memiliki eksistensi yang baik. Konsep ini memadukan rasa sejahtera yang positif dengan menjalankan pekerjaan dalam hidup dengan cara yang efisien. Manusia sering kali mengalami emosi positif dan negatif dalam kehidupan sehari-hari. Sehat secara psikologis tidak berarti seseorang selalu bahagia atau hanya mengalami perasaan positif; sebaliknya, ini mengacu pada kemampuan untuk mengendalikan emosi negative yang sedang dirasakan. Sejahtera secara psikologis berarti mampu melakukan kompromi. Ketika merasakan emosi negatif yang ekstrim atau berkepanjangan yang akan memengaruhi kemampuan seseorang untuk berfungsi dalam kehidupan sehari-harinya (Huppert, 2009).

Menurut Anindya & Trihastuti (2022), kesejahteraan psikologis adalah keadaan psikologis seseorang yang dikaitkan dengan kapasitas penerimaan diri, hubungan interpersonal yang sehat, kemandirian, pengendalian lingkungan, penetapan tujuan, dan pertumbuhan pribadi. Sedangkan, kesejahteraan psikologis didefinisikan oleh Prameswari & Nurchayati (2021) sebagai suatu keadaan di mana masyarakat menerima siapa dirinya dan masa lalunya, mengatur lingkungannya agar sesuai dengan kebutuhannya, memberikan kehidupan yang lebih bermakna, dan melakukan upaya untuk mewujudkan potensi mereka sendiri.

Menurut Aspinwall, kesejahteraan psikologis menggambarkan bagaimana psikologis berfungsi dengan baik dan positif. Selanjutnya, Schultz mendefinisikan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) sebagai fungsi positif individu, di mana fungsi positif individu adalah tujuan atau jalan yang ingin dicapai oleh individu yang sehat (Widyawati et al., 2022).

Definisi kesejahteraan psikologis yang sering digunakan dalam penelitian psikologi, menurut (Prabowo, 2016), berkaitan dengan kesejahteraan psikologis dan subjektif. Fokus kesejahteraan subjektif pada makna menjadikan tujuan penelitian dan intervensi terhadap kesejahteraan lebih tepat dan tidak ambigu yaitu meningkatkan kebahagiaan dan

mengurangi atau meminimalisir kesengsaraan, dan kesejahteraan psikologis menjadi lebih kompleks dalam kaitannya dengan keberfungsian individu secara seutuhnya.

Sedangkan Definisi kesejahteraan psikologis menurut Muhammad Busro (2018) adalah kesejahteraan psikologis secara umum dapat diartikan sebagai suatu bentuk kepuasan terhadap aspek-aspek kehidupan yang menimbulkan rasa bahagia dan damai dalam hidup seseorang. Namun hal ini bersifat subyektif karena setiap orang memiliki standar kepuasan yang berbeda-beda

Sebagaimana didefinisikan oleh (D.Ryff, 1989), Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) tidak hanya terdiri dari emosi baik, emosi buruk, dan kepuasan hidup. Sebaliknya, kesejahteraan psikologis lebih baik dipahami sebagai sebuah struktur multidimensional yang terdiri dari sikap hidup yang terkait dengan indikator kesejahteraan psikologis itu sendiri. Dimensi-dimensi ini termasuk kemampuan untuk secara konsisten memenuhi potensi diri sendiri, menjalin hubungan yang positif dengan orang lain, bertahan dari tekanan sosial, dan menerima diri sendiri, memiliki tujuan hidup yang terarah, serta mampu mengontrol lingkungan hidupnya.

Manusia dapat dianggap memiliki kesejahteraan psikologis yang baik, menurut Ryff 1989 dikutip dalam (Savitri & Listiyandini, 2017), adalah bukan hanya sekedar bebas dari indikator kesehatan mental negatif, seperti terbebas dari rasa kecemasan, tercapainya kebahagiaan dan lain-lain. Tetapi hal yang lebih penting untuk adalah kepemilikan akan penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, kemampuan untuk memiliki rasa akan pertumbuhan dan pengembangan pribadi secara berkelanjutan, Ryff juga mendefinisikan bahwa kesejahteraan psikologis menggambarkan sejauh mana individu merasa nyaman, damai, dan bahagia berdasarkan penilaian subjektif serta bagaimana mereka memandang pencapaian potensi-potensi mereka sendiri.

Berdasarkan dari beberapa definisi diatas kesejahteraan psikologis adalah keadaan dimana individu mampu menerima keadaan dirinya secara positif, baik keadaan yang sedang dijalannya saat ini maupun pengalaman

hidupnya termasuk pengalaman yang dianggapnya tidak menyenangkan dan menerima semua itu sebagai bagian dari dirinya. Kesejahteraan psikologis sebagai suatu pencapaian penuh dari potensi psikologis seseorang dan suatu keadaan dimana individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya, memiliki tujuan hidup, mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan, dan terus bertumbuh secara personal. Kesejahteraan psikologis merupakan suatu konsep yang berkaitan dengan apa yang dirasakan individu mengenai aktivitas dalam kehidupan sehari-hari serta mengarah pada pengungkapan perasaan-perasaan pribadi atas apa yang dirasakan oleh individu sebagai hasil dari pengalaman hidupnya.

2) Dimensi Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan Psikologis adalah kondisi individu yang ditandai dengan kesejahteraan, kepuasan dalam hidup, dan tidak adanya gejala depresi. Kondisi ini dipengaruhi oleh fungsi psikologis yang positif (Positif psychological functioning). Dari 6 dimensi kesejahteraan yang dikemukakan oleh Ryff. Komponen kesejahteraan psikologis yang positif meliputi dimensi sebagai berikut (Ryff & Keyes, 1995):

a. Penerimaan diri (*Self Acceptence*)

Dimensi ini, yang mewakili evaluasi diri yang positif, kemampuan memperhatikan unsur-unsur diri sendiri, kemampuan menerima pikiran positif dan buruk diri sendiri, dan perasaan senang terhadap kehidupan masa lalu, merupakan sikap optimis terhadap diri sendiri dan sejarahnya.

Pengertian penerimaan diri bisa berkaitan dengan rasa percaya diri. Orang mampu menerima siapa diri mereka, kekurangan dan semuanya, termasuk pengalaman masa lalu yang menyenangkan atau tidak menyenangkan serta kegagalan dan pencapaian. Merenungkan masa lalu adalah langkah paling penting dalam mencapai kesejahteraan psikologis.

Menurut (Ryff & Keyes, 1995), sikap positif seseorang terhadap diri sendiri, pemahaman, dan penerimaan terhadap seluruh elemen diri, bahkan atribut negatif, meningkat seiring dengan kemampuan seseorang dalam merangkul diri sendiri dan melihat aspek positif dari masa lalu. Sebaliknya, seseorang yang memiliki rasa penerimaan diri yang lebih rendah akan kurang puas dengan dirinya sendiri, lebih kecewa dengan masa lalu, dan kualitas dirinya, sehingga akan menimbulkan keinginan untuk menjadi orang lain.

b. Hubungan yang positif dengan orang lain (*Positive Relations with Others*)

Karakteristik ini berkaitan dengan kemampuan membangun interaksi antarpribadi yang ramah dan dapat dipercaya, yang menjadi ciri individu yang mengaktualisasikan diri dengan kasih sayang dan empati. Semakin mahir seseorang dalam membentuk ikatan interpersonal, semakin banyak bukti bahwa mereka peduli terhadap kesejahteraan orang lain, memiliki kapasitas untuk berempati, mencintai, dan dekat, serta sadar akan pentingnya memberi dan menerima dalam hubungan. hubungan.

Sebaliknya, mereka yang tidak mampu membangun ikatan interpersonal yang kuat akan mengalami perasaan kesepian, dingin, dan kurang keterbukaan. Mereka juga tidak akan mampu menunjukkan kepedulian terhadap kesejahteraan orang lain dan tidak akan bersedia memberikan kelonggaran demi menjaga hubungan yang bermakna dengan orang lain.

c. Otonomi (*Autonomy*)

Menurut dimensi ini, mereka yang mempunyai tingkat otonomi yang tinggi akan mempunyai tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi pula. Mereka mempunyai kapasitas untuk bertindak mandiri dan menolak tekanan sosial yang tidak patut.

Bersikap otonom, menentukan nasib sendiri, dan mempunyai kebebasan mengambil keputusan tanpa pengaruh luar merupakan ciri-ciri seseorang yang memiliki otonomi yang kuat. Selain itu, masyarakat juga mampu menilai dirinya sendiri, mampu mengendalikan perilakunya secara internal, dan mampu menahan tekanan masyarakat.

d. Penguasaan lingkungan (*Environmental Mastery*)

Kemampuan memilih atau merancang lingkungan berdasarkan keadaan psikologis seseorang dikenal dengan penguasaan lingkungan. Penguasaan lingkungan adalah dimensi yang mencakup kompetensi dan penguasaan serta kemampuan untuk memilih keadaan dan pengaturan yang menguntungkan yang menyoroti pentingnya terlibat dalam kegiatan lingkungan, memanfaatkan peluang yang tersedia secara efektif, dan memilih serta menciptakan konteks yang sejalan dengan preferensi pribadi. dan nilai-nilai.

e. Tujuan Hidup (*Purpose of Life*)

Dimensi ini terdiri dari keyakinan yang memberikan kesan kepada masyarakat bahwa hidup mereka memiliki arah dan makna, serta pengetahuan tentang makna dan tujuan hidup. Tujuan hidup yang terdefinisi dengan baik, rasa signifikansi pribadi yang diperoleh dari pengalaman masa lalu dan masa kini, system kepercayaan yang memberikan tujuan hidup, dan aspirasi dianggap sebagai ciri-ciri tujuan hidup yang baik. Namun, jika tidak memiliki tujuan hidup, maka tidak akan memiliki arah yang jelas, tidak mampu merenungkan masa lalu, dan tidak memiliki kemampuan yang membuat hidup lebih bermakna.

f. Pertumbuhan pribadi (*Personal Growth*)

Kapasitas untuk berhasil mewujudkan potensi pertumbuhan dan perkembangan pribadi adalah dimensi pertumbuhan pribadi. Seseorang dengan pertumbuhan pribadi yang kuat memiliki rasa perbaikan diri yang konstan, memandang dirinya sebagai individu yang terus berkembang, mampu mencapai potensi penuhnya, mampu merasakan peningkatan dirinya sendiri, dan memiliki kapasitas untuk bertransformasi menjadi pribadi yang lebih berguna bagi masyarakat serta memiliki pengetahuan yang bertambah.

3) Faktor yang Memengaruhi Kesejahteraan Psikologis

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) seseorang menurut Ryff antara lain:

1. Faktor Demografis

Faktor demografi berikut berdampak pada kesejahteraan psikologis: Usia, jenis kelamin, tingkat sosial ekonomi, dan budaya.

a. Usia

Adanya perbedaan dari tiga kelompok usia, yakni usia dewasa muda, dewasa paruh baya, dan dewasa akhir memiliki kesejahteraan psikologis yang berbeda-beda, terutama dalam aspek penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, tujuan hidup, dan otonomi. Terlihat meningkat seiring bertambahnya usia dalam dimensi penguasaan lingkungan. Seseorang menjadi semakin sadar akan keadaan ideal bagi dirinya seiring bertambahnya usia. Akibatnya, ia menjadi lebih mahir dalam mengatur lingkungannya agar sesuai dengan kebutuhannya.

b. Jenis Kelamin

Jenis kelamin yang berbeda berdampak pada aspek kesejahteraan psikologis yang berbeda bahwa perempuan lebih mungkin mengembangkan hubungan yang sehat dengan orang lain dan mengalami pertumbuhan pribadi

yang unggul dibandingkan laki-laki.

Pola pikir yang terkait dengan hal ini mempengaruhi strategi coping yang digunakan dan aktivitas sosial yang dilakukan. perempuan lebih mampu mengekspresikan emosinya dengan curhat kepada orang lain. Perempuan juga lebih senang menjalani relasi sosial dibanding laki-laki.

Hal ini sesuai dengan penjelasan dari Ryff yang menemukan bahwa perempuan memiliki skor yang lebih tinggi pada dimensi hubungan positif dengan orang lain dan dimensi pertumbuhan pribadi daripada laki-laki. Selain itu dijelaskan pula bahwasannya perempuan lebih memiliki integritas sosial dan memiliki nilai yang tinggi pada hubungan positif dengan orang lain daripada laki-laki (Ryff & Keyes, 1995).

c. Sosial Ekonomi

Perbedaan kelas sosial ekonomi berkaitan dengan kesejahteraan psikologis seseorang. Jelas terlihat bahwa mereka yang menikah, memiliki pendapatan tinggi, dan didukung oleh jaringan sosial akan memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik.

d. Budaya

Ryff menemukan bahwa kesejahteraan psikologis bervariasi antara peradaban timur dan barat. Masyarakat Barat yang lebih individualistis lebih cenderung pada elemen otonomi dan penerimaan diri yang lebih berorientasi pada diri sendiri. Namun, karakteristik berorientasi lain termasuk interaksi antarpribadi yang sehat, lebih banyak ditemukan di budaya Timur, yang dikenal lebih kolektif dan saling bergantung.

2. Dukungan sosial

Dukungan sosial adalah hal-hal yang mengacu pada perasaan kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau pertolongan yang di persepsikan. Dukungan sosial dapat menciptakan perasaan dicintai, dihargai, diperhatikan dan sebagai bagian dari kehidupan bersosial seperti hubungan yang baik antar individu.

3. Kepribadian

Kepribadian seseorang memegang peranan penting dalam elemen ini. Sifat-sifat negatif seperti mudah gelisah, mudah khawatir, mudah terombang-ambing, dan rentan terhadap ketidakstabilan dapat mengakibatkan rendahnya kesejahteraan psikologis. Sebaliknya, seseorang dengan watak positif akan lebih bahagia dan sukses dalam hidup karena mampu mengatasi rintangan yang menghadangnya.

4. Evaluasi terhadap Pengalaman Hidup

Pengalaman hidup mencakup banyak aspek kehidupan pada berbagai tahap kehidupan. Penilaian pribadi terhadap peristiwa kehidupan memiliki dampak signifikan terhadap kesejahteraan psikologis.

5. Relegiusitas

Individu dengan religiusitas tinggi mempunyai sikap yang lebih bahagia, lebih puas dengan kehidupannya, dan tidak merasa sendirian. Dibandingkan dengan orang-orang yang tidak memiliki keyakinan agama yang kuat, mereka yang memiliki keyakinan agama yang kuat dikatakan memiliki tingkat kepuasan hidup, kesenangan pribadi, dan tidak terlalu terpengaruh secara negatif oleh kejadian traumatis.

Dijelaskan pula oleh Bhogel dan Prakash factor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis yaitu: 1. *Personal Control*, kemampuan seseorang dalam mengontrol segala emosi yang muncul dalam diri. 2. *Self Esteem* atau nama lain dari harga diri, memiliki harga diri yang seimbang. 3. *Positive Affect*, memiliki perasaan atau emosi yang positif. 4. *Manage Tension*, yaitu

memiliki kemampuan mengatur segala ketegangan yang keluar dari dalam diri seperti kemarahan dan kebahagiaan agar tidak muncul secara berlebihan. 5. *Positive Thinking*, memiliki perasaan yang positif dalam menghadapi segala hal seperti peristiwa, suasana atau hubungan yang baru. 6. *Idea and Feeling*, mempunyai berbagai banyak ide dan dan perasaan yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan yang dibutuhkan.

Berdasarkan pemaparan faktor-faktor diatas maka dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh latar belakang dari usis, jenis kelamin, sosial ekonomi, budaya, dukungan sosial, kepribadian, religiusitas, *Personal Control*, *Self Esteem*, *Positive Affect*, *Manage Tension*, *Positive Thinking*, dan *Idea and Feeling*.

C. Perempuan Korban Kekerasan Dalam Pacaran (KDP)

1) Faktor Perempuan Rentan Menjadi Korban Kekerasan Dalam Pacaran

Memang tidak mungkin memisahkan pemahaman perempuan dari permasalahan fisik dan psikologis. Secara fisik, hal ini didasarkan pada susunan biologis, struktur, dan evolusi bagian-bagian penyusun tubuh. Sedangkan sudut pandang psikologis didasarkan pada sifat-sifat, seperti feminitas atau maskulinitas. Dari segi psikologi atau gender, perempuan dicirikan memiliki ciri-ciri yang bersifat feminin. Sedangkan perempuan adalah jenis kelamin yang ditentukan oleh ciri-ciri fisiknya, antara lain rahim, sel telur, dan payudara, yang memungkinkan mereka untuk hamil, melahirkan, dan menyusui anak.

Perempuan adalah orang atau manusia yang mempunyai rahim, mengalami haid, hamil, melahirkan, dan menyusui dijelaskan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia. Lebih spesifiknya untuk kata "wanita" biasanya digunakan pada perempuan yang sudah dewasa. Pada penelitian ini perempuan yang akan menjadi subjek penelitian ini lebih tepatnya adalah mereka yang mulai memasuki masa dewasa awal.

Masa dewasa awal merupakan masa peralihan dari masa remaja memasuki tahapan usia dewasa. Menurut Santrock (dalam Putri, 2018)

masa dewasa awal merupakan masa bekerja dan menjalin hubungan dengan lawan jenis, terkadang hanya menyisakan sedikit waktu untuk melakukan aktivitas lain. Bagi kebanyakan orang, pertumbuhan memerlukan periode penyesuaian yang berkepanjangan. Istilah "kedewasaan" akhir-akhir ini digunakan untuk menggambarkan era antara usia 18 dan 25 tahun yang dikaitkan dengan eksperimen dan penemuan serta menandai transisi dari masa muda ke masa dewasa.

Melalui teori perkembangan psikososialnya, Erikson (dalam Arini, 2021) menekankan bahwa akan ada masa krisis dan hambatan psikososial tersendiri yang muncul pada setiap tahap perkembangan manusia. Identitas masa dewasa awal vs. kebingungan identitas adalah krisis psikologis yang akan dihadapi remaja ketika mereka mencoba mencari tahu siapa diri mereka dan apa yang bukan diri mereka. Selain itu, remaja akan mulai mengeksplorasi identitas seksualnya pada periode ini. Remaja juga mulai membentuk interaksi baru dengan individu pada masa ini, termasuk hubungan romantis atau berkencan (Natasya & Susilawati, 2020).

Tidak seperti hubungan teman sebaya lainnya, hubungan romantis ditandai dengan interaksi sukarela yang berkelanjutan dan diakui oleh kedua belah pihak. Hubungan romantis biasanya menunjukkan berbagai intensitas dan menunjukkan kasih sayang satu sama lain. Hubungan ini juga bisa menjadi cara yang bagus bagi seseorang untuk memenuhi kebutuhannya akan hubungan romantis sepanjang masa remaja atau dewasa, meskipun hubungan berpacaran memiliki banyak resiko. Kekerasan dalam berpacaran merupakan salah satu risiko yang sering terjadi dalam hubungan antar manusia.

Perempuan yang mengalami kekerasan dalam hubungan menunjukkan berbagai reaksi emosional, termasuk ketakutan, teror, kesedihan, kemarahan, dan terkadang senang untuk menerima pengalaman. Meskipun demikian, beberapa wanita tetap berada dalam hubungan romantis yang bermasalah karena merasa terjebak dalam hubungan yang membuat mereka sulit untuk mengakhirinya (Marita & Rahmasari, 2021).

Kekerasan dalam pacaran tidak hanya terjadi pada perempuan saja. Meskipun demikian, perempuan lebih mungkin mengalami kekerasan saat berkencan dibandingkan laki-laki. Berdasarkan temuan penelitian Sembiring (dikutip dalam Annisa Salsabila & Dinda Dwarawati, 2022) perempuan lebih besar kemungkinannya mengalami kekerasan saat berpacaran dibandingkan laki-laki. Hal ini merupakan akibat dari kekhawatiran atau kecemasan wanita bahwa pasangannya akan melakukan pembalasan atau melakukan kerusakan lebih lanjut. Sikap perempuan yang demikian, seperti ketundukan dan penerimaan mereka, serta mengharapkan bahwa hubungan yang dijalani akan berjalan baik-baik saja dengan harapan akan berubah menjadi tidak ada perilaku kekerasan lebih lanjut. Mendasarkan pada hal tersebut, laporan kekerasan dalam pacaran jarang terjadi dan dianggap baik-baik saja. Kajian terhadap unsur-unsur yang menyebabkan kekerasan dalam pacaran disajikan di bawah ini:

Pertama, budaya patriarki yang merasuki masyarakat berkontribusi pada stereotip gender yang menyatakan bahwa laki-laki secara cenderung lebih kuat daripada perempuan dan bahwa laki-laki berusaha mendominasi perempuan adalah hal yang wajar. Sikap-sikap inilah yang berujung pada kekerasan terhadap perempuan ketika mereka berkencan.

Menurut (Wahyuni et al., 2020), budaya patriarki merupakan pengetahuan yang diyakini oleh masyarakat dan mempunyai kekuatan untuk mengatur diri sendiri dan orang lain yang mana dalam hal ini perempuan merupakan subjek dari patriarki itu sendiri.

Kedua, subordinasi diartikan sebagai penomorduaan gender baik terjadi pada laki-laki maupun perempuan. Namun, banyak kasus umumnya terjadi pada seorang perempuan. Oleh karena itu, subordinasi perempuan merupakan status sekunder mereka, yang menunjukkan bahwa peran, tanggung jawab, dan posisi perempuan lebih rendah dibandingkan laki-laki (Hawa et al., 2022).

Ketiga, mereka yang bergantung pada pasangannya. Ketergantungan signifikan yang dimiliki sebagian besar remaja perempuan terhadap pasangannya adalah suatu kondisi yang dikenal sebagai

"ketergantungan bersama" merupakan asal muasal fenomena kekerasan dalam pacaran. Perempuan sering kali terjebak dalam siklus kekerasan karena sifat ketergantungannya, yang mencakup hal-hal seperti harus bepergian kemana pun bersama pasangan dan tidak mampu mengambil keputusan man diri tanpa persetujuan pacar. Kekerasan yang dialami dianggap sesuatu yang 'wajar' dia terima, sehingga dengan mudah dapat memaafkan pasangannya.

Setelah berdamai dan memaafkan tindakan pasangannya kemudian Korban yang bergantung pada pasangannya akan terus berharap pacarnya akan berperilaku berbeda. Faktanya, ada siklus dan pola dalam kekerasan dalam pacaran. Dalam menghadapi perbedaan pendapat atau permasalahan, seseorang yang pada dasarnya mempunyai kebiasaan tidak sopan terhadap pasangannya akan sering mengulangi perilaku yang sama karena hal tersebut sudah menjadi kepribadiannya dan merupakan cara baginya untuk menghadapi konflik atau masalah.

Keempat, adanya dorongan seksual dari pelaku. Kekerasan dalam pacaran, khususnya kekerasan seksual, terjadi karena pengaruh dorongan seksual dan kebutuhan biologis pelakunya. Dorongan seksual atau hasrat biologis ini dapat disalahgunakan oleh pelaku, misalnya melalui pemaksaan atau kontak seksual yang tidak diinginkan pasangannya, dan justru menjadi ancaman bila hal ini terjadi. Yang mengakibatkan perempuan atau korban terkadang enggan untuk melawan (Febryana & Aristi, 2019).

Berdasarkan beberapa faktor penyebab perempuan rentan mengalami kekerasan dalam pacaran adalah adanya budaya patriarki, subordinasi, ketergantungan korban terhadap pasangan, dan adanya dorongan seksual dari pelaku kekerasan.

2) Pengertian Kekerasan dalam Pacaran

Setiap tindakan kekerasan fisik, seksual, emosional, atau psikologis yang dilakukan oleh pasangan belum menikah terhadap pasangannya disebut sebagai kekerasan dalam pacaran (KDP) (Mesra et al., 2014). Menurut Afandi et al., (2015) mendefinisikan kekerasan dalam pacaran

sebagai segala perilaku yang terjadi dalam hubungan romantis dan melibatkan aspek pemaksaan, tekanan, perusakan, dan pelecehan fisik atau psikologis. pria maupun wanita, bahkan pada pasangan sejenis seperti gay atau lesbi, mampu melakukan hal ini.

Perilaku agresif, tidak sopan, dan mengontrol dalam hubungan romantis dikenal dengan istilah kekerasan dalam pacaran. Ada tiga kategori utama kekerasan dalam pacaran: seksual, fisik, dan psikologis. Meskipun demikian, sejumlah sumber juga menyoroti jenis kekerasan lain yang lebih luas, seperti pembatasan aktivitas dan kekerasan ekonomi. Kekerasan dalam pacarana didefinisikan sebagai tindakan apapun, baik yang dilakukan secara pribadi atau didepan umum, yang dimotivasi oleh perbedaan gender yang menyebabkan atau dapat menyebabkan cedera atau penderitaan fisik, seksual, atau psikologis. Hal ini juga dapat mencakup pemaksaan, ancaman terhadap perilaku tertentu, atau penolakan kebebasan secara sewenang-wenang. Sebaliknya, kekerasan dalam pacaran diartikan sebagai “kekerasan yang dilakukan seseorang terhadap pasangannya selama berpacaran yang menimbulkan penderitaan bagi korbannya, baik fisik maupun non fisik” oleh Rifka Annisa (dalam penelitian Aziz, 2018).

Berdasarkan definisi tersebut membawa pada kesimpulan bahwa kekerasan dalam pacaran diartikan sebagai ancaman atau tindakan kekerasan yang ditujukan kepada salah satu pihak dalam hubungan romantis dengan tujuan untuk mendapatkan dominasi atas pasangannya. Perilaku tersebut dapat berupa kekerasan fisik, kekerasan seksual, atau kekerasan psikis (verbal dan emosional).

3) Bentuk-bentuk Kekerasan dalam Pacaran

Bentuk kekerasan dalam Berpacaran Centers for Disease Control and Prevention (2020), menguraikan 4 jenis kekerasan dalam berpacaran yaitu:

1. Kekerasan Fisik, ketika seseorang memukul, menendang, atau menggunakan bentuk kekerasan fisik lainnya terhadap pasangannya, hal tersebut dianggap sebagai kekerasan fisik.

2. Kekerasan Psikologis, penggunaan kata-kata dan isyarat nonverbal untuk memanipulasi pasangan atau menyebabkan kerusakan mental atau emosional dikenal sebagai kekerasan psikologis.
3. Kekerasan Seksual, Pemaksaan atau upaya memaksa pasangan untuk melakukan tindakan seksual atau melakukan sentuhan ketika pasangan atau seseorang tidak memberikan izin dikenal dengan istilah kekerasan seksual. Selain bentuk kekerasan seksual diatas Tindakan atau perilaku ini juga termasuk dalam bentuk perilaku seksual non - fisik, seperti mengirimkan pesan seksual kepada seseorang atau menerbitkan atau menyebarkan foto-foto intim suatu hubungan tanpa izin orang tersebut.
4. Menguntit, perilaku berlebihan, pola perhatian yang obsesi dan kontak yang berulang dan tidak diinginkan oleh pasangan yang menyebabkan ketakutan atau kekhawatiran akan keselamatan diri korban sendiri.

Sementara itu, menurut Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (2018), terdapat lima bentuk kekerasan dalam pacaran yang berbeda antara lain sebagai berikut:

1. Kekerasan fisik meliputi menendang, meninju, menampar, mendorong, meremas erat tubuh pasangan, dan segudang tindakan fisik lainnya.
2. Kekerasan emosional atau psikologis, seperti memberikan ancaman, mempermalukan pasangan Anda dengan menyebut nama mereka, melakukan hal-hal buruk, dan sebagainya.
3. Kekerasan ekonomi mencakup penggunaan atau pengurusan harta milik pasangan, serta mengharapkan pasangan memenuhi semua tuntutan.
4. Kekerasan seksual. Memeluk, mencium, membelai, dan bahkan menekan seseorang untuk melakukan hubungan seks di bawah tekanan adalah contoh kekerasan seksual.
5. Kekerasan pembatasan aktivitas. Banyak wanita yang berpacaran mengalami pasangan yang sangat membatasi

aktivitasnya. Pasangan ini mungkin terlalu posesif, terlalu mengekang, curiga, selalu mengontrol, atau mudah tidak rasional dan menakutkan.

Sedangkan Rifka Annisa (dalam penelitian Sari, 2018) mengategorikan kekerasan dalam pacaran menjadi beberapa jenis sebagai berikut:

1. Kekerasan fisik adalah ketika seseorang memukul, mencubit, mencekik, menendang, atau melempar benda kearah pasangannya dengan tujuan untuk menyakiti atau meninggalkan bekas luka fisik.
2. Kekerasan psikologis mengacu pada berbagai bentuk kekerasan yang digunakan pada jiwa pasangan, seperti ancaman, penghinaan, kritik keras, dan hinaan yang dapat menimbulkan perasaan bersalah terhadap pasangan dan ketegangan psikologis lainnya.
3. Kekerasan seksual diartikan sebagai kekerasan terhadap pasangan yang berupa ancaman, pemaksaan untuk melakukan aktivitas seksual, dan ucapan termasuk rujukan pada materi eksplisit.
4. Kekerasan ekonomi diartikan sebagai segala jenis kekerasan yang korbannya menderita kerugian finansial baik berupa komoditas maupun uang. Hal ini juga dapat berupa Tindakan seperti, pemerasan yang memaksa korban untuk memenuhi kebutuhannya, atau pembatasan kemampuan mereka untuk melakukan kegiatan ekonomi.

4) Faktor-faktor Kekerasan dalam Pacaran

Menurut Rifka Annisa WCC Yogyakarta (2008), faktor-faktor penyebab terjadinya kekerasan dalam pacaran terdiri dari:

1. Ideologi dan Budaya Patriarki

Penetapan sifat dan tugas kepada laki-laki dan perempuan, dimana laki-laki dikaitkan dengan sifat-sifat maskulin dan

perempuan dengan sifat-sifat feminin, dikenal sebagai gender. Laki-laki harus berani, kuat, solid, pintar, dan sebagainya. Sedangkan perempuan harus lebih pendiam, penakut, lembut, dan sebagainya. Karena sifat ini, terlihat bahwa laki-laki lebih unggul dibandingkan perempuan. Masyarakat menilai peran ini sesuai dengan kesepakatan dan tradisi yang telah mereka tetapkan. Perempuan menjadi lemah karena peran yang diberikan oleh ideologi gender. Sementara itu, laki-laki selalu mendapat prioritas dalam masyarakat patriarki.

2. Pengertian yang salah tentang makna pacarana

Banyak orang memandang berkencan sebagai cara untuk melakukan kontrol atau kepemilikan terhadap pasangannya. Meskipun demikian, ketika telah menjadi pacar seseorang, maka dianggap milik seseorang itu

3. Adanya upaya untuk mengendalikan perempuan

Hak-hak perempuan dan kekuatan pengembangan diri dibatasi. Beberapa orang percaya bahwa jika perempuan tidak dikelola, mereka akan “ngelunjak” terhadap laki-laki.

4. Adanya mitos-mitos yang berkembang seputas pacaran

Mitos adalah gagasan salah yang diakibatkan oleh ketidaktahuan atau salah penafsiran. Misalnya, laki-laki lebih cenderung memiliki kecenderungan seksual dibandingkan perempuan, sehingga masuk akal jika mereka menjadi agresif. Selain itu, berhubungan seks adalah suatu keharusan untuk membuktikan perasaan cinta jika tidak mau berhubungan seksual berarti akan kehilangan pacar atau diartikan seperti tidak mencintainya.

Menurut penelitian yang dipublikasikan di sejumlah publikasi, terdapat sejumlah karakteristik lain yang mungkin menyebabkan seseorang menggunakan kekerasan dalam suatu hubungan, antara lain:

1. Pola asuh dan lingkungan keluarga

Keluarga merupakan lingkungan sosial yang sangat

membentuk kepribadiannya. Masalah di masa depan mungkin timbul pada orang tersebut sebagai akibat dari masalah emosional yang gagal diatasi oleh orang tua. Jika peran yang diajarkan pada seseorang sejak kanak-kanak tidak sejalan dengan norma normatif atau standar, maka perilaku seperti kekerasan dalam pacaran bisa saja muncul.

2. Teman sebaya

Tekanan teman sebaya mempunyai peran penting dalam meningkatnya insiden kekerasan dalam hubungan. Berteman dengan orang yang sering menggunakan kekerasan juga mendorong orang untuk menggunakan kekerasan terhadap pasangannya. Baik keinginan untuk melakukan kekerasan maupun dampak dari sifat teman sebaya dapat memicu kekerasan dalam hubungan romantis. Oleh karena itu, salah satu hal yang mendorong terjadinya kekerasan dalam pacaran adalah lingkungan sosial atau lingkungan pertemanan pelaku (Wahyuni et al.,2020).

3. Sifat ketergantungan pada pasangan

Faktor yang berkontribusi terhadap kekerasan dalam hubungan adalah ketergantungan korban pada pasangannya yang melakukan kekerasan. Perempuan dalam hubungan romantis akan memiliki ekspektasi tentang berapa lama hubungan tersebut akan bertahan, sehingga akan menimbulkan kecenderungan untuk terus-menerus mengabaikan permintaan pasangannya. Pola hubungan kekuasaan dan ketergantungan ini akan berimplementasi langsung pada tindakan kekerasan. Semakin besar ketergantungan maka semakin besar pula peluang untuk dikontrol.

4. Media massa

Film dan serial televisi mungkin juga memicu perilaku agresif terhadap suatu hubungan. Tindakan kekerasan terhadap pasangan mungkin dipicu oleh tampilan kekerasan yang sering

terjadi dalam film dan situasi seksual.

5. Kepribadian

Berdasarkan fakta di lapangan, beberapa kasus kekerasan dalam pacaran bisa disebabkan oleh faktor kepribadian dari diri pelaku, selain dari kepribadian pelaku, kekerasan dalam pacaran juga dapat disebabkan oleh masalah *self esteem* pelaku yang menyebabkan korban ada yang rentan terhadap kekerasan dan ada juga yang tidak. Seseorang yang memiliki gangguan kepribadian yang buruk ia akan melakukan kekerasan seperti menyerang pasangannya, ia cenderung mengalami *emotionally dependent*, *insecure* dan rendahnya self-esteem sehingga sulit mengontrol dorongan-dorongan yang ada dalam diri mereka.

6. Peran jenis kelamin

Karena norma gender yang membedakan laki-laki dan perempuan sudah tertanam dalam masyarakat, perempuan merupakan mayoritas korban kekerasan dalam pacaran. Laki-laki diharapkan menjadi lebih jantan, dan perempuan menjadi lebih feminin. Oleh karena itu, laki-laki yang bertindak lebih agresif dibandingkan perempuan dianggap wajar oleh masyarakat.

Engel menguraikan beberapa aspek yang menjadi indikator terjadinya kekerasan dalam pacaran, yaitu adanya; dominasi, serangan verbal, harapan yang salah, konflik atau krisis, dan pelecehan seksual. Lebih jelasnya sebagai berikut:

1. Adanya dominasi, yaitu bagian kekerasan Ketika korban dimanipulasi dan dipaksa oleh orang lain untuk melakukan atau menuruti tindakan atau keinginan pelaku.
2. Pelecehan verbal terjadi ketika korban dihina, tidak manusiawi, diejek, diancam, dan terus-menerus disalahkan. Korban juga dibanjiri dengan kata-kata kasar yang menyampaikan kebencian dan rasa bersalah yang berlebihan.
3. Adanya harapan yang salah (*abusive expectation*) yang bersifat

kekerasan muncul jika korban merasa berkewajiban untuk menawarkan sesuatu yang tidak dapat dipenuhi karena pelaku tidak pernah senang dengan apa pun yang dicapai pasangannya, sehingga korban terus-menerus hidup dalam ketakutan dan rasa bersalah atas hubungannya.

4. Adanya pelecehan seksual, yang meliputi: pendekatan seksual yang tidak diinginkan; perilaku seksual yang tidak diinginkan atau tidak pantas, pemaksaan terhadap korban untuk melakukan aktivitas seksual, dan kontak fisik yang kasar atau kasar dengan bagian tubuh tertentu.

5) Dampak Kekerasan dalam Pacaran

Korban kekerasan dalam pacaran mungkin mempunyai berbagai dampak buruk terhadap kesejahteraan fisik, mental, dan emosional mereka. Dampak secara fisik berupa luka fisik, kesulitan tidur dan makan, kehamilan yang tidak diinginkan, tertular penyakit seksual, dan lain-lain. Selanjutnya, dampak secara emosional antara lain diwujudkan dalam bentuk penyangkalan, kesedihan, perasaan malu dan menyalahkan diri sendiri. Selain itu, dampak psikologisnya antara lain gejala gangguan obsesif kompulsif, kesedihan, kecemasan, PTSD, harga diri rendah, dan kecemasan (Annisa Salsabila & Dinda Dwarawati, 2022). Selain trauma psikologis, sebagian besar pasien, menurut (Rini, 2021), menunjukkan berbagai perilaku maladaptive (ketidakmampuan menyesuaikan diri dengan konteks sosial), seperti penyalahgunaan narkoba, gangguan tidur, kecemasan, depresi, dan fiksasi pada masa lalu. pengalaman.

Setiap Tindakan kekerasan dalam hubungan percintaan menyebabkan korbannya menderita berbagai macam kerugian. Dampak kekerasan dalam pacaran dapat dikategorikan sebagai berikut, tergantung pada jenis kekerasan yang terjadi di sana:

1. Dampak Psikologis

Ketika seseorang mengalami kekerasan dalam pacaran, dampak psikologis dan emosional biasanya paling buruk. Selain

dampak psikologis tersebut, korban kekerasan dalam pacarana seringkali mengalami trauma, perasaan tidak diinginkan, putus asa, stres, kesepian, kecemasan yang ekstrim, rendah diri, panik dan tidak aman, malu, kebingungan, malu, dan bahkan pikiran untuk bunuh diri.

Menurut (Natasya & Susilawati, 2020), perempuan korban kekerasan akan mengalami dampak psikologis yang signifikan, antara lain syok, kebingungan, kekacauan psikologis, teror, perubahan harga diri secara drastis, dan kecemasan kronis yang akhirnya bermanifestasi sebagai gejala fisik.

2. Dampak Fisik

Dampak fisik termasuk luka, lecet, patah tulang, dan memar akan diakibatkan oleh agresi fisik. Setelah mengalami kekerasan fisik, korban pasti merasakan dampak tertentu (Safitri & Sama'i, 2013).

3. Dampak Sosial

Murray menyebutkan beberapa dampak sosial dari kekerasan dalam pacaran, seperti memisahkan diri dari keluarga dan teman serta kesulitan menemukan, mempertahankan, dan menyesuaikan diri dengan pekerjaan atau aktivitas lain. Sikap yang cenderung mengontrol atau mengendalikan dianggap wajar dalam batas-batas tertentu dan selama hal itu masuk akal dan dapat diterima oleh pasangannya.

Jika semua itu dilakukan secara berlebihan dan berulang kali, kemungkinan akan menjadi suatu yang buruk dan merugikan pasangannya karena hal tersebut dianggap sebagai hal yang keterlaluhan atau berlebihan dalam menunjukkan kasih sayang sehingga tindakan tersebut lama-kelamaan dirasakan sebagai salah satu tindakan kekerasan meski bukan secara fisik. Pengontrolan itu ternyata mempunyai dampak, yaitu kurangnya atau pembatasan aktivitas para korban untuk bersosialisasi pada lingkungan sekitar.

Mengingat banyaknya dampak mengerikan yang ditimbulkan oleh kekerasan dalam pacarana terhadap para korbannya, jelas bahwa membantu para korban untuk sembuh dari dalam sangatlah penting. Kesejahteraan emosional dan psikologis korban akan sangat menderita jika ia dibiarkan melanjutkan hidupnya dengan menanggung banyak kenangan dan peristiwa menyakitkan yang dialaminya.

D. Urgensi Konseling Individu dalam Membentuk Kesejahteraan Psikologis pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Pacaran

Konseling individu memiliki peran penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis pada korban kekerasan, khususnya pada penelitian ini adalah kekerasan dalam pacaran. Pentingnya konseling individu bagi perempuan korban kekerasan dalam pacaran bertujuan untuk membantu konseli memahami keadaan dirinya, lingkungan sekitar, kesulitan yang dihadapi, kelebihan dan kekurangannya, serta cara mengatasinya. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa tujuan konseling individu sangat penting untuk membantu konseli mengatasi kesulitannya.

Berdasarkan pengertian dan tujuan konseling individu diatas, pentingnya konseling individu untuk membentuk kesejahteraan psikologis pada perempuan korban kekerasan dalam pacaran. Dengan adanya konseling individu diharapkan mampu membantu konseli untuk menjadi pribadi yang lebih terarah, menjadi pribadi yang mampu mengambil keputusannya sendiri, menerima apa yang telah ia lalui dan menjadi pribadi yang bertumbuh atau pribadi yang kuat memiliki rasa perbaikan diri yang konstan.

Konseling individu bertujuan untuk membantu konseli agar mampu, memahami potensi diri dan memahami kelebihan dan kelemahannya baik kondisi fisik maupun psikis, mengembangkan potensi untuk mencapai kesuksesan dalam kehidupannya, menerima kelemahan dan kondisi diri dan mengatasinya secara baik, dalam kehidupannya sesuai nilai-nilai luhur, dan mengaktualisasikan dirinya sesuai dengan potensi diri secara optimal berdasarkan nilai-nilai luhur budaya dan agama.

Berkaitan dengan QS Al-Imron ayat 104 sebagai berikut:

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

Artinya: *“Dan hendaklah ada di antara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyuruh kepada yang ma'ruf dan mencegah dari yang munkar; merekalah orang-orang yang beruntung”*

Dari penjelasan ayat tersebut bahwasannya wajib bagi umat islam untuk mengajak menyeru pada kebajikan dan meninggalkan kemungkaran. Rasulullah SAW pernah bersabda: Agama adalah nasehah. sebagai Muslim memberi nasehat maksudnya adalah memberi pandangan dan saran. Hak setiap Mukmin atas yang lain sebagaimana disabdakan oleh Rasul, diantaranya adalah; Ketika dia meminta nasehah engkau harus memberikannya. Memberi nasehat artinya mengarahkan klien pada hal yang benar, dan mencegah dari hal-hal yang berbahaya, membantu saat bantuan dibutuhkan, memberi hal yang manfaat, mendorong agar melakukan hal yang baik, dan mencegah dari hal hal yang mungkar, tapi dengan bahasa santun dan penuh ketulusan, serta menunjukkan rasa kasih sayang

Kesejahteraan psikologis pada dasarnya merupakan salah satu tujuan layanan konseling individu, yaitu membantu perempuan korban kekerasan dalam pacaran menjalani kehidupan yang bermakna dan bahagia, baik secara pribadi maupun sosial.

Tujuan pemberian dukungan melalui layanan konseling individu adalah untuk membantu individu mencapai potensi optimalnya pada setiap tahap perkembangannya sehingga dapat bahagia dan sejahtera dalam hidupnya. Rasa Kebahagiaan, kenikmatan, dan kepuasan berasal dari kesejahteraan psikologis yang baik.

Pertumbuhan dan perkembangan individu yang mandiri, mampu menjalin hubungan positif dengan orang lain guna mencapai kebahagiaan, kebermaknaan, dan kesejahteraan menjadi tujuan utama dalam pemberian bantuan layanan konseling individu pada bidang pribadi sosial. Kemampuan dalam menerima diri secara positif, mampu bertubuhan dan berkembang secara kontinu, memiliki keyakinan bahwa kehidupan itu bermakna dan memiliki tujuan hidup, memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, kemampuan mengelola lingkungan secara efektif, serta mampu

menentukan tindakan sendiri merupakan dimensi yang secara konseptual merupakan kesejahteraan psikologis.

Rifka Annisa WCC Yogyakarta hadir sebagai Lembaga swadaya masyarakat yang berkomitmen pada penghapusan kekerasan pada perempuan. Maka Rifka Annisa hadir untuk memberikan pendampingan serta membantu mengatasi kesulitan yang dialami para korban kekerasan. Rifka Annisa juga menyediakan berbagai banyak layanan salah satunya adalah konseling individu untuk membantu para klien mengentaskan masalah yang ia alami.

BAB III

GAMBARAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta

1) Sejarah Singkat Rifka Annisa WCC Yogyakarta

Sebuah lembaga non-pemerintah bernama Rifka Annisa, atau nama lainnya adalah "Teman Perempuan", berkomitmen untuk penghapusan kekerasan terhadap perempuan. Lembaga ini dimotori oleh sejumlah aktivis perempuan, antara lain Suwarni Angesti Rahayu, Sri Kusyuniati, Latifah Iskandar, Desti Murdijana, Sitoresmi Prabuningrat, dan Musrini Daruslan. Didirikan pada tanggal 26 Agustus 1993.

Lembaga swadaya masyarakat Rifka Annisa didirikan dengan tujuan rasa keprihatinan terhadap budaya patriarki yang ada di Yogyakarta dimana adanya ketidakadilan antara laki-laki dan perempuan laki-laki dalam posisi kuat, perempuan dalam posisi lemah. Sehingga membuat perempuan rentan mengalami kekerasan baik fisik, psikis, ekonomi, sosial, maupun seksual seperti pelecehan dan perkosaan.

Empat divisi di Rifka Annisa mendampingi kegiatan perlindungan perempuan yakni; Internal dan Kehumasan, *Media Research and Training Center*, Pendampingan dan Bantuan Hukum, serta Pengorganisasian Masyarakat dan Advokasi. Selain itu, Rifka Annisa WCC Yogyakarta bekerja sama dengan sejumlah organisasi atau instansi yang terafiliasi, seperti kepolisian, kejaksaan, dan rumah sakit, guna memaksimalkan kinerjanya (Wandha Kusumaning Wardani dan Chandra Dewi Puspitasari, 2019).

2) Visi dan Misi

Rifka Annisa WCC Yogyakarta dalam melaksanakan program lembaga mengacu pada visi dan misi sebagai berikut:

a. Visi

Mewujudkan tatanan masyarakat yang adil gender yang tidak mentolerir kekerasan terhadap perempuan melalui prinsip keadilan sosial, kesadaran dan kepedulian, kemandirian, integritas yang baik dan memelihara kearifan lokal.

b. Misi

Mengorganisir perempuan secara khusus dan masyarakat secara umum untuk menghapuskan kekerasan terhadap perempuan dan menciptakan masyarakat yang adil gender melalui pemberdayaan perempuan korban kekerasan, termasuk di dalamnya anak-anak, lanjut usia, dan difabel, meningkatkan kesadaran dan partisipasi masyarakat melalui pendidikan kritis dan penguatan jaringan.

3) Nilai dan Prinsip Rifka Annisa WCC Yogyakarta

Dalam menjalankan operasionalnya, Rifka Annisa WCC Yogyakarta mendasarkan keputusannya pada nilai dan prinsip organisasi sebagai berikut:

c. Nilai-Nilai

Nilai yang dikembangkan oleh Rifka Annisa WCC Yogyakarta berlandaskan pada nilai keadilan, kemanusiaan, kesetaraan, inklusif, non-diskriminasi, dan anti kekerasan.

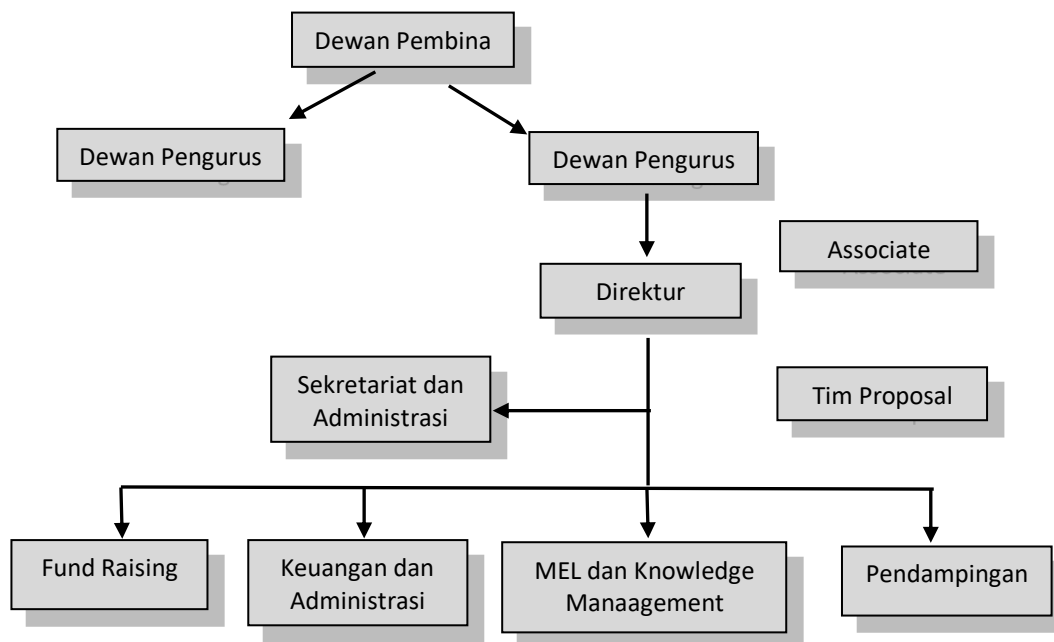
d. Prinsip-Prinsip

Prinsip yang dikembangkan oleh Rifka Annisa WCC Yogyakarta dalam melakukan pendampingan adalah:

1. *Trasparan*, berarti mengintegrasikan keterus-terangan ke dalam misi organisasi untuk memerangi ketidakadilan, khususnya perilaku tidak jujur
2. *Akuntabel*, berarti mematuhi arahan masyarakat dan melaksanakan visi organisasi secara konsisten, ahli, dan terukur.

4) Struktur Organisasi Rifka Annisa WCC Yogyakarta

Gambar 3. 1 Struktur Organisasi Rifka Annisa WCC Yogyakarta



Keterangan:

- | | | |
|---------------------------------|---|---|
| Direktur | : | Indiah Wahyu Andari,S.Psi |
| Sekretariat dan Administrasi | : | |
| a. Fund Raising | : | 1. Sabar Riyadi
2. Wasinah |
| b. Keuangan dan Administrasi | : | 1. Dwi Lestari Andarini (Koord. Keuangan)
2. Alfi Sulistyowati (Keuangan)
3. Sri Wahyuni (Keuangan)
4. Dewi Julianti (Admin & Humas)
5. Juminem (Kerumahtanggaan)
6. Joko (Penjaga)
7. Ipam (penjaga)
8. Rajiman (Penjaga) |
| c. MEL dan Knowledge Management | : | 1. Nurmawati (Manajer)
2. Firda Ainun Najwa
3. Sabine |

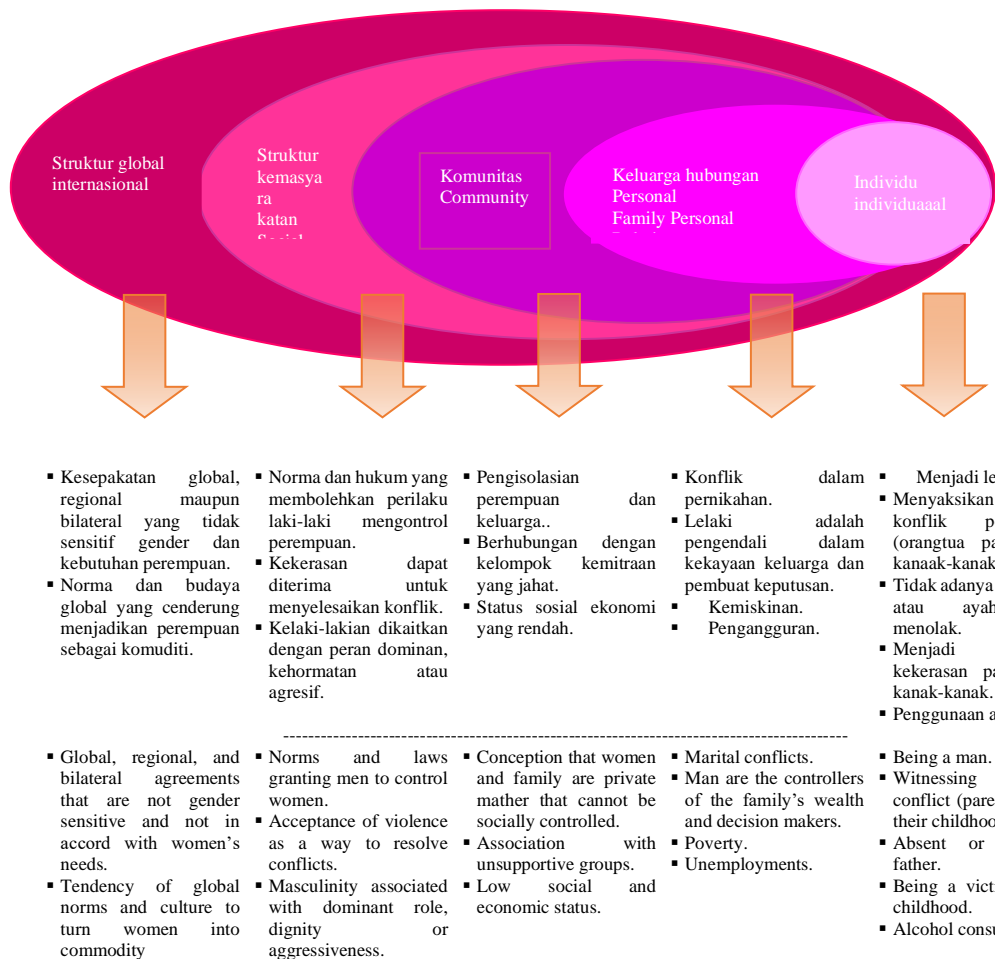
- d. Pendampingan : 1. Lisa Oktavia (Manajer dan Konselor Hukum)
2. Nurul Kurniati (Konselor Hukum)
3. Arnita Ernauli Marbun (Konselor Hukum)
4. Amalia Rizkyarini (Konselor Psikologi)
5. Siti Darmawati (Konselor Psikologi)
6. Hartanti Rahayu (Psikolog)

5) Program dan Pendekatan Rifka Annisa WCC Yogyakarta

Rifka Annisa WCC Yogyakarta meyakini bahwa kekerasan terhadap perempuan terjadi disebabkan oleh berbagai faktor yang saling mendukung. Rifka Annisa menggunakan kerangka kerja ekologis (*ecological framework*) untuk memahami penyebab terjadinya kekerasan terhadap perempuan. Secara sederhana, kerangka kerja ekologis ini dapat digambarkan sebagai lima lingkaran konsentris yang saling terhubung satu sama lain.

Lingkaran yang paling dalam pada kerangka ekologis adalah riwayat biologis dan personal yang dibawa masing-masing individu ke dalam tingkah laku mereka dalam suatu hubungan. Lingkaran kedua merupakan konteks yang paling dekat di mana kekerasan acapkali terjadi, yaitu keluarga atau kenalan dan hubungan dekat lainnya. Lingkaran ketiga adalah institusi dan struktur sosial, baik formal maupun informal, di mana hubungan tertanam dalam bentuk pertetangaan, di tempat kerja, jaringan sosial dan kelompok kemitraan. Lingkaran keempat adalah lingkungan ekonomi dan sosial, termasuk norma-norma budaya dan sistem hukum negara. Sedangkan lingkaran paling luar adalah lingkungan ekonomi dan sosial global, institusi dan struktur sosial global, jaringan global dan kelompok kemitraan bilateral atau global <https://www.rifka-annisa.org/id/2013-10-04-07-06-57/sejarah> (diakses pada 06 Desember 2023 pukul 12:15).

Gambar 3. 2 Program dan Pendekatan Rifka Annisa WCC Yogyakarta



Kerangka kerja Rifka Annisa WCC Yogyakarta yang bertujuan untuk menghentikan kekerasan terhadap perempuan dan membangun tatanan sosial yang berkeadilan sosial gender didasarkan pada konsep ekologis tersebut. Lima lingkaran konsentris dalam kerangka ekologi (gambar) mewakili berbagai penyebab kekerasan terhadap perempuan dan ketidakadilan sosial gender yang ingin diatasi oleh program Rifka Annisa WCC Yogyakarta pada tingkat individu, keluarga, komunitas, struktur kewarganegaraan, dan global.

Ketimpangan gender dan kekerasan terhadap perempuan merupakan permasalahan sosial yang berdampak baik bagi laki-laki maupun perempuan, seperti diakui Rifka Annisa WCC Yogyakarta. Ini bukanlah situasi yang menguntungkan keduanya. Laki-laki lebih mungkin menjadi pelaku

kekerasan dalam kerangka budaya patriarki, sedangkan perempuan lebih mungkin menjadi korban. Untuk itu, laki-laki juga harus dilibatkan demi tercapainya keadilan dan kesetaraan gender.

Hal yang mendasari pendekatan yang dilakukan Rifka Annisa WCC Yogyakarta, bahwa jika pemberdayaan hanya berfokus pada perempuan saja maka akan menjadi kurang efektif, baik pada level keluarga, lingkungan dan masyarakat secara luas jika tidak ada dukungan dari laki-laki. Artinya, bahwa keadilan dan kesetaraan gender akan lebih efektif jika perempuan dan laki-laki mampu bekerjasama untuk mewujudkan perubahan, laki-laki dan perempuan saling menguatkan, menghargai dan menghormati posisi masing-masing. Oleh karenanya, program dan kegiatan Rifka Annisa WCC Yogyakarta didesain berdasarkan perspektif ini, agar laki-laki dan perempuan saling bekerjasama untuk mewujudkan tatanan sosial yang berkeadilan sosial gender tanpa kekerasan terhadap perempuan.

6) Layanan-layanan di Rifka Annisa WCC Yogyakarta

Berikut layanan yang dilakukan oleh Rifka Annisa WCC Yogyakarta:

a. Pendampingan pada perempuan

Dalam pengertian ini, bantuan mengacu pada tindakan yang didasarkan pada hukum dan psikologis yang dimulai pada tingkat serendah mungkin yaitu, individu. Untuk memberikan bantuan ini, korban harus diperkuat dan diberdayakan pada tingkat psikologis, hukum, dan sosial. Selain itu, klien harus dibekali dengan pengetahuan dan keterampilan agar terhindar dari kekerasan. Pendampingan bisa dilakukan melalui tatap muka, surat, surat elektronik, serta telepon.

Tujuan dari adanya pendampingan pada perempuan korban kekerasan berbasis gender adalah untuk memungkinkan mereka menjadi individu yang berdaya. Meningkatkan pengendalian diri dan akuntabilitas, kemauan untuk berubah, kepuasan, harga diri, semangat, bakat, dan pengendalian emosi merupakan ciri-ciri pemberdayaan. Selain itu, ada pengakuan terhadap keadaan, tidak

menyalahkan diri sendiri, peningkatan harga diri, dan keseimbangan emosional. Tanda lainnya, konseli mampu menerima manfaat dari upaya-upaya yang dilakukan konselor (Wawancara dengan Amalia Rizkyarini, 5 Desember 2023 10:00).

Klien perempuan yang sudah berdaya mempunyai peran dalam usaha pemutusan rantai kekerasan. Sebab akan lahir generasi baru yang tidak terikat dengan siklus kekerasan antargenerasi, karena ia akan memiliki harga diri yang lebih baik dan mengetahui standar pasangan yang baik. Selain itu, kita dapat mendidik generasi mendatang untuk tidak meniru kekerasan yang dilakukan pelaku kekerasan dan mengajarkan mereka untuk memiliki hubungan yang setara dengan pasangannya. Selain memberikan pendampingan kepada klien perempuan, Rifka Annisa WCC Yogyakarta juga memberikan konseling perubahan perilaku bagi laki-laki terkait kekerasan dalam rumah tangga dan kekerasan berbasis gender lainnya terhadap perempuan.

Memutus siklus kekerasan akan lebih berhasil jika baik korban maupun pelaku ikut ambil bagian di dalamnya. Tujuan dari program konseling untuk laki-laki ini adalah untuk membantu mereka mengambil akuntabilitas yang lebih besar atas tindakan mereka dan mengubah cara mereka memandang kesetaraan gender, hak-hak perempuan, dukungan, dan anti-kekerasan dalam sikap dan perilaku laki-laki. Maka dari itu, perubahan perilaku pada pasangan turut membantu dalam upaya penghapusan kekerasan terhadap perempuan.

Rifka Annisa WCC Yogyakarta percaya bahwa sebagaimana perilaku itu terbentuk melalui proses pembelajaran dan pembiasaan, maka perilaku juga bisa dirubah melalui proses pembelajaran dan pembiasaan yang positif, diantaranya dengan mengajak pelaku untuk memahami dirinya sendiri, berkomunikasi secara efektif, mampu mengelola marah atau emosi, membangun relasi intim dan setara, ketika menjadi ayah (fathering), menghindari perilaku kekerasan, dan sikap-sikap positif lainnya. Pendampingan tidak hanya sebatas

konseling individual saja, melainkan juga menyiapkan sistem dukungan di lingkungan klien. Sistem pendukung adalah cara untuk melibatkan orang dan kelompok selain korban untuk mendukung proses pemberdayaan korban. Sistem ini diharapkan dapat berfungsi secara mandiri sekaligus meningkatkan kesadaran akan sikap peduli dari masyarakat. Konselor hanya mempunyai peran melakukan pengawasan dan menjadi tempat untuk memberi nasihat.

Rifka Annisa WCC Yogyakarta menawarkan sejumlah layanan untuk mendukung perempuan, antara lain sebagai berikut:

1. **Konseling Psikologis**

Perempuan dan anak-anak korban kekerasan dapat menerima layanan bantuan konseling psikologis yang fokus pada penyembuhan gangguan psikologis.

2. **Konsultasi dan Pendampingan Hukum**

Perempuan dan anak-anak dapat menggunakan layanan pendampingan ini untuk membantu mereka mengatasi masalah, khususnya yang berkaitan dengan sistem hukum. Bantuan diberikan secara langsung jika menyangkut masalah hukum pidana, sedangkan bantuan diberikan secara tidak langsung jika menyangkut masalah hukum perdata.

3. **Rumah Aman**

Layanan rumah aman ini ditujukan bagi perempuan yang berisiko mengalami kekerasan atau menjadi korban kekerasan dan terancam keselamatannya, terutama klien yang tidak mendapat dukungan dari keluarga atau masyarakat sekitar.

4. **Layanan Penjangkauan**

Layanan penjangkauan ini berupa konseling dengan cara menjangkau klien yang tidak bisa mengakses layanan secara langsung di kantor Rifka Annisa WCC Yogyakarta.

5. Layanan Dukungan Kelompok (Support Group)

Untuk memfasilitasi perubahan perilaku, program kelompok dukungan ini menyatukan klien untuk saling mendukung dan menyemangati. Materi disesuaikan dengan kebutuhan kelompok pendukung berdasarkan kekhasannya.

6. Layanan Konsultasi

Layanan konsultasi ini dilakukan terkait dengan beberapa program dengan melibatkan beberapa ahli di bidangnya masing-masing serta bekerjasama dengan instansi lain serta kelompok masyarakat lainnya baik yang menyangkut tentang *strategic planning*, manajemen WCC, perencanaan, monitoring dan evaluasi, gender audit, dan lain-lain. Adapun layanan konsultasi yang dimiliki seperti; gender, isu perempuan dan anak, advokasi, dan pengorganisasian masyarakat.

7. Layanan Fasilitasi

Layanan fasilitasi ini diberikan sebagai tanggapan atas permintaan dari berbagai komunitas atau lembaga. Isu yang diangkat beragam dan mencakup hal-hal seperti sosialisasi gender, konseling, termasuk laki-laki, serta pencegahan dan penanganan kekerasan berbasis gender terhadap perempuan. Untuk memperoleh hasil terbaik, tema dan spesifikasi kegiatan dapat dinegosiasikan terlebih dahulu sebelum kegiatan dilaksanakan.

8. Guest House Sahitya Rifka Annisa

Lembaga swadaya masyarakat Rifka Annisa WCC Yogyakarta yang berdedikasi untuk mengakhiri kekerasan berbasis gender terhadap perempuan dan anak menerima dana dari Sahitya Guest House. Untuk itu kunjungan ke Sahitya *Guest House* adalah sekaligus bentuk kontribusi terhadap keberlanjutan Rifka Annisa WCC Yogyakarta sebagai lembaga layanan.

9. Konseling Perubahan Perilaku untuk Laki-laki

Klien laki-laki mungkin mencari bantuan atas inisiatif mereka sendiri, sebagaimana diamanatkan oleh perintah pengadilan atau aparat penegak hukum, atau sebagai bagian dari upaya untuk menghalangi atau mencegah perilaku kekerasan.

10. Penelitian dan Pelatihan

Tuntutan akan penguasaan, pertumbuhan wacana, dan pengembangan keterampilan terkait dengan isu penghapusan kekerasan terhadap perempuan semakin meningkat seiring dengan semakin mendesaknya hal ini. Penelitian, pelatihan, dan fasilitasi penelitian dimaksudkan untuk mendukung pertumbuhan studi perempuan dan gender dan menawarkan solusi terhadap isu-isu yang berkaitan dengan perluasan bidang inisiatif untuk menghentikan kekerasan terhadap perempuan.

Maka dari itu, terdapat program khusus yang melakukan penelitian dan pelatihan serta memberikan berbagai layanan dan kegiatan untuk mengembangkan sumber daya guna penghapusan kekerasan terhadap perempuan.

b. Kampanye Penghapusan Kekerasan terhadap Perempuan

Kampanye ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran bagi kelompok laki-laki dan perempuan. Materi kampanye berpusat pada membantu perempuan memahami hak-hak mereka sebagai korban, sedangkan konten laki-laki menekankan maskulinitas dan meningkatkan kesadaran akan perlunya mengakhiri kekerasan terhadap perempuan.

Ada berbagai macam media kampanye cetak dan elektronik yang digunakan, termasuk radio, televisi, film, buklet, poster, dan pamflet. Tujuan dari media ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat ke tingkat yang kritis sehingga pada

akhirnya semua orang dapat ikut serta dalam upaya-upaya penghapusan kekerasan terhadap perempuan. Berikut beberapa kampanye yang dijalankan Rifka Annisa WCC Yogyakarta:

1. *Rifka Goes to School & Campus*

Program sosialisasi bulanan ini berupaya menyajikan materi mendasar yang relevan dengan permasalahan gender. Hal ini sering dilakukan. Tujuannya agar siswa mampu mengidentifikasi kejadian kekerasan, mengambil tindakan pencegahan, dan mengetahui apa yang harus dilakukan jika hal itu terjadi. Sekolah atau organisasi lain mengajukan permintaan sosialisasi.

2. Siaran Radio dan Televisi

Radio dan televisi sebagai sarana yang terkenal dan efisien untuk menjangkau masyarakat umum, sehingga menjadikannya alat yang berguna untuk mempromosikan tujuan-tujuan yang berkaitan dengan penghentian kekerasan terhadap perempuan.

3. Rifka Media

Sebuah majalah bernama Rifka Media berfungsi sebagai sarana pengajaran dan sumber tentang masalah gender dan pemberantasan kekerasan terhadap perempuan. Mejalah sudah ada sejak tahun 1998, majalah ini terbit setiap tiga bulan.

4. Laman dan Media Sosial

Media yang setiap saat bisa diakses penting untuk memperluas jangkauan informasi. Platform online termasuk halaman (website), blog, akun Facebook, dan akun Twitter adalah salah satu caranya. Melalui media ini, informasi tentang peristiwa, isu gender, dan inisiatif memerangi kekerasan terhadap perempuan terus diperbarui dan disebarkan. Seperti kampanye yang dilakukan di *live Instagram*, salah satu contohnya adalah "*Kekerasan pada*

Perempuan Disabilitas. Apa yang bisa dilakukan?’ selain itu juga ada “*Diskusi mengenai konten intimku disebarkan sembarangan? Salah siapa? Apa yang bisa dilakukan?*” Dan masih banyak lagi kampanye-kampanye mengenai kekerasan pada perempuan yang dilakukan melalui berbagai media sosial.

5. Kertas Polisi (Policy Brief)

Divisi ini juga gemar menjalin jaringan kerja serta bekerja dengan media massa untuk meluaskan isu-isu penghapusan kekerasan terhadap perempuan. Oleh sebab itu, secara berkala dikeluarkan sikap yang diambil Rifka Annisa WCC Yogyakarta yang berangkat dari kasus-kasus yang menjadi sorotan publik. Kasus tersebut diulas secara mendalam dalam bentuk *policy brief*.

6. Rilis Media

Rilis berangkat dari kegiatan yang sedang diadakan Rifka Annisa WCC Yogyakarta. Rilis tersebut, yang juga ditujukan untuk media, mencakup informasi latar belakang, penjelasan, atau hal-hal spesifik tentang peristiwa tersebut.

7. Peringatan Acara yang Berkaitan Tentang Isu Perempuan

Rifka Annisa WCC Yogyakarta kerap menyelenggarakan berbagai acara di Hari Perempuan Internasional, Hari Kartini, dan Hari Anti Kekerasan terhadap Perempuan. Tujuannya untuk meningkatkan kesadaran akan perlunya partisipasi dalam perlawanan terhadap kekerasan terhadap perempuan dan memperluas akses masyarakat terhadap layanan Rifka Annisa.

8. Diskusi Rutin Media

Melakukan diskusi secara teratur membantu memajukan pembicaraan mengenai penghapusan kekerasan terhadap perempuan. Acara publik ini dapat diakses oleh

umum dan menghadirkan pembicara baik dari Rifka Annisa maupun narasumber lainnya.

9. Penerimaan Kunjungan Tamu

Rifka Annisa WCC Yogyakarta sering disebut-sebut sebagai tujuan kunjungan oleh organisasi dan lembaga pendidikan baik dalam negeri maupun internasional, karena statusnya sebagai “pusat krisis perempuan” pertama. Kunjungan tersebut diisi dengan materi-materi tentang upaya penghapusan kekerasan terhadap perempuan, serta kerja-kerja yang dijalankan Rifka Annisa WCC Yogyakarta.

10. Raniakustik

Komunitas musik bernama Rannisakustik mengadvokasi pemberantasan kekerasan berbasis gender terhadap perempuan. Ansambel ini sering bermain di Rifka Goes to School dan telah mengadakan berbagai konser dan workshop penulisan lagu.

7) Data Kasus yang Ditangani Rifka Annisa WCC Yogyakarta

Pada tahun 2022–2023, terdapat 285 kejadian KTI (kekerasan terhadap pasangan), KDP (kekerasan dalam pacaran), PKS (pemeriksaan), KDK (kekerasan dalam keluarga), dan TRAFF (perdagangan manusia), menurut Rifka Annisa WCC Yogyakarta. Usia korban berkisar antara 0–5 hingga >56 tahun. Lihat tabel berikut untuk informasi lebih lanjut:

Tabel 3. 1 Rekapitulasi Data Kasus Yang Ditangani Rifka Annisa WCC Yogyakarta Tahun 2022-2023

Rekapitulasi Data Kasus 2022-2023								
Usia	KTI	KDP	PKS	PELSEKS	KDK	TRAFF	DLL	TOTAL
0 – 5 th	0	0	1	3	0	0	0	4
06 - 11 th	0	0	0	14	0	0	1	15
12 - 17 th	0	0	13	6	4	0	0	23
18 - 25 th	7	22	19	30	3	1	1	83
26 - 35 th	47	10	3	5	3	0	0	68
36 - 45 th	50	2	1	2	3	0	0	58
46 - 55 th	27	1	0	0	1	0	0	29
> 56 th	4	1	0	0	0	0	0	5
Total	135	36	37	60	14	1	2	285

Keterangan:

- KTI : Kekerasan Terhadap Istri
- KDP : Kekerasan Dalam Pacaran
- PKS : Perkosaan
- KDK : Kekerasan Dalam Keluarga
- TRAFF : *Trafficking* (perdagangan manusia)

B. Proses Pelaksanaan Konseling Individu dalam Membentuk Kesejahteraan Psikologis pada Perempuan Korban Kekerasan dalam Pacaran di Rifka Annisa WCC Yogyakarta

Mayoritas kasus kekerasan dalam pacaran yang ditangani Rifka Annisa WCC Yogyakarta sudah mengarah pada kekerasan seksual, dengan mayoritas korbannya adalah perempuan. Pasalnya, mayoritas perempuan korban tidak merasa bahwa telah mengalami bentuk-bentuk kekerasan dalam pacaran.

Salah satu bentuk upaya Rifka Annisa WCC Yogyakarta mengatasi kekerasan dalam pacaran adalah melalui pendampingan. Ada tiga komponen dalam program mentoring ini: pendampingan psikologis, pendampingan hukum, dan

pendampingan secara medis. Dalam konteks ini, upaya pendampingan mengacu pada inisiatif yang mendukung korban dalam pemulihan mereka melalui tindakan hukum, medis, dan psikologis.

Ada tiga langkah dalam proses implementasi bantuan yang diberikan oleh Rifka Annisa WCC Yogyakarta. *Pertama*, perencanaan termasuk bagian tahap awal proses konseling yang di lakukan oleh konselor guna menganalisis kebutuhan klien. *Kedua*, pelaksanaan pendampingan termasuk bagian tahap inti yang dilakukan setelah konselor selesai menganalisis kebutuhan klien dan sarana prasarana sudah siap yaitu proses konselin. *Ketiga*, evaluasi adalah tahap akhir dari pelaksanaan proses konseling dilakukan sebagai pemantauan kondisi klien dengan mencatat hasil dari pendampingan yang nantinya hasil itu akan didiskusikan dengan konselor yang lain.

Pelecehan seksual merupakan jenis kekerasan dalam pacaran yang paling banyak dialami oleh korban dan ditangani oleh Rifka Annisa WCC Yogyakarta. Bentuk lain dari kekerasan dalam pacaran termasuk kekerasan psikologis, fisik, dan ekonomi. Karena di Rifka Annisa WCC Yogyakarta ini banyak yang datang ketika sudah mengalami kekerasan seksual dikarenakan jika telah mengalami kekerasan seksual itu sudah meliputi kekerasan fisik, psikis dan kekerasan lainnya. Selain itu, kebanyakan korban tidak menyadari bahwa dirinya mengalami kekerasan dalam pacaran jika belum terlihat parah.

“...sebenarnya kasus yang sering ditangani disini itu KTI mba, nah untuk kasus kdp ini juga ditangani disini bahkan tingkatnya itu kedua atau ketiga setelah KTI. Yaa masih terbilang tinggi juga mba. Tapi untuk kasus KDP ini biasanya yang ditangani Rifka Annisa yang udah kayak parah banget mba rata rata dalam segi kekerasan seksual. Ya ada sih yang kayak di pukul terus kesini atau secara verbal. Cuman kebanyakan mengarah ke seksual karna kalo sudah ke seksual terkadang psikis juga sudah kena fisik pun juga kena” (Wawancara Amalia Rizkyarini, 5 Desember 2023 10:25).

Berikut paparan mengenai proses pelaksanaan konseling individu dalam menangani kekerasan dalam pacaran yang ditangani oleh Rifka Annisa WCC Yogyakarta berdasarkan wawancara dan catatan konselor sebagai berikut:

1. Klien Inisial NA

Konseli mengalami kekerasan seksual dan psikis yang dilakukan oleh kekasihnya sendiri. Hubungan NA dengan pelaku awalnya masih hubungan yang sehat pada umumnya. Tetapi lambat laun NA merasa pelaku sangat posesif dan cemburuan dan sering mengontol hidup NA. Pasangan NA juga memiliki sifat yang temperamen yang sulit ditebak, mudah marah, dan sering mengancam. NA juga sering dipaksa menuruti keinginannya yang tidak tertentu seperti memaksanya untuk berciuman, aktivitas seksual tanpa persetujuan kedua belah pihak.

Kekerasan seksual yang dialami NA yaitu pasangannya terkadang melakukan “*grepe payudara*” atau istilahnya kegiatan menyentuh, meraba, meremas, dan sebagainya yang berorientasi seksual, baik pada lawan jenis maupun sejenis. Kekerasan seksual dan psikis yang dialami NA membuatnya sering di setir atau dikendalikan oleh pasangannya. Adanya ancaman yang sering dilakukan pasangannya dan pasangan NA sangat manipulatif dia sering berjanji untuk tidak melakukannya lagi tetapi tetap mengulangnya lagi. Kejadian yang menimpa NA menyebabkan kondisi psikologisnya tidak stabil. NA sering merasa murung, tidak memiliki rasa semangat, menyesali apa yang telah terjadi, dan putus asa. Keputusan untuk mengakhiri hubungan tersebut NA merasa sangat sulit, lantaran NA takut dengan hal-hal yang akan terjadi. Setelah itu, Keberanian untuk mengakhiri hubungannya didukung oleh teman sekitarnya yang memberikan *support* pada NA.

Rendahnya kesejahteraan psikologis pada NA bisa dilihat dari perilaku NA yang adanya penyesalan yang sangat dalam mengenai apa yang ia alami, menarik diri dari lingkungan sosialnya, rasa ketakutan yang amat besar, dan kurangnya rasa percaya dengan sekitar. (Catatan Konselor Amalia Rizkyarini).

a. Tahap Awal Konseling

Di Rifka Annisa WCC Yogyakarta menerima segala pengaduan secara langsung, lewat *HotLine* berupa telepon kantor, SMS, Whatsapp dan e-mail yang tersedia dalam 24 jam dan yang terakhir

melalui *Outreach*. Tapi jika fokusnya pada KDP biasanya ada dua pengaduan, yakni korban datang langsung kesini atau pengaduan melalui pengaduan melalui *online*.

„tahap awal penanganannya meliputi pengaduan, pencatatan administrasi dan setelah itu dilakukannya assesment awal. Jika pengaduannya melalui online, Rifka Annisa akan memberi kontak konselor yang akan menanganinya dan melakukan proses konseling online atau jikalau memungkinkan akan dibuatkan janji untuk bertemu di Rifka Annisanya langung. Sedangkan yang tatap muka sama seperti yang pengaduan online, akan dilakukan assesment dan adanya pemetaan identitas korban, kronologi, setelah kronologi kita tuliskan penghayatan diri, bagaimana dia memandang pasca dia mendapat pengalaman yang nggak menyenangkan ini, terus kemudian ada form yang diisi konselor meliputi bentuk kekerasannya apa aja, dampak yang dialami apa saja, upaya apa saja yang dilakukan dan bagaimana hasilnya”. (Wawancara Amalia Rizkyarini, 5 Desember 2023 10:30).

Setelah korban melakukan konsultasi, pendamping maupun konselor di Rifka Annisa WCC Yogyakarta akan menganalisis kebutuhan korban. Menganalisa kebutuhan korban ini maksudnya apakah kebutuhan dia ini apakah layanan yang akan diberikan itu medis, apakah langsung konseling dengan konselor, psikolog, atau mungkin bahkan perlu ke psikiater. Jika dilakukannya *assesment* dan mendapati korban yang sudah babak belur atau mengalami kekerasan fisik, jikalau masih ada lukanya Rifka Annisa WCC Yogyakarta menyarankan ke rumah sakit untuk diperiksa terlebih dahulu. Selain itu apabila korban mengambil langkah hukum, Rifka Annisa WCC Yogyakarta menyediakan layanan konsultasi hukum serta pendampingan baik litigasi maupun non litigasi.

1) Pertemuan Pertama

Tahap awal dalam konseling individu adalah membangun rapport atau hubungan baik dengan konseli. Karena dari membangun hubungan baik dengan konseli akan menjadi penentu pada tahap-tahap selanjutnya. Pada tahap ini konselor

menjelaskan beberapa pengertian konseling, tujuan konseling, dan beberapa hal-hal yang boleh dan tidak boleh dilakukan Ketika proses konseling berlangsung

NA datang ke Rifka Annisa ditemani oleh temannya, dan temannya juga yang menyarankan untuk datang ke Rifka Annisa berharap agar NA bisa kembali seperti sebelumnya. Pada pertemuan pertama ini NA belum memulai bercerita apa yang dia rasakan. Pada pertemuan pertama NA ditemani oleh temannya, justru temannya yang membantu NA menceritakan kronologinya ke konselornya, hal tersebut terjadi lantaran NA masih belum berani dan takut.

“..dia ini dipertemuan pertama malah belum berani ngobrol sama saya sendiri. Tapi untungnya temennya yang membantu NA. Saya dapat cerita dari temannya dulu hal pertama yang saya lakukan supaya membuat nyaman NA adalah membangun hubungan yang baik sama dia, perkenalan antara saya dengan dia, ngejelasin bagaimana proses konseling, tujuan konselin, asas-asasnya apa aja ya masih ruang lingkup mengenai konseling begitu”. (Wawancara Amalia Rizkyarini, 5 Desember 2023 10:35).

Berdasarkan wawancara diatas, proses pertemuan pertama konseling masih berupa tahap membangun hubungan dengan klien dan ditemani oleh temannya. Dalam pertemuan pertama ini konselor menggunakan teknik *Attending* yaitu perkenalan yang dilakukan oleh konselor beserta konselinya dan menjelaskan sedikit mengenai ruang lingkup konseling. Konselor disini memaklumi apa yang telah terjadi pada korban yang belum bisa memulai dan masih ditemani temannya.

2) Pertemuan Kedua-Ketiga

Pada pertemuan kedua ini NA masih diantar temannya ke Rifka Annisa. Tetapi ada kemajuan yakni NA berani sendiri untuk melakukan proses konseling. Pada pertemuan kedua dan ketiga ini konselor melakukan identifikasi masalah yang dialami NA. identifikasi masalah ini gunanya untuk mengetahui serta

memahami kondisi dan masalah yang dialami konseli. Pada pertemuan ini NA sudah mau bercerita tentang apa yang dirasakan olehnya.

“..pertemuan selanjutnya memang NA sudah mau bercerita pelan-pelan disini saya membantu untuk dia bercerita, ya kayak mincing dulu. Soalnya NA ini orangnya tertutup jadi harus dipancing dulu baru mau cerita. Pertemuan ini saya sudah menangkap fokus masalah yang dialami NA. Pada pertemuan ini NA bercerita kekerasan yang ia dapatkan Ketika menjalin hubungan asmara” (Wawancara Amalia Rizkyarini, 5 Desember 2023 10:40).

Berdasarkan wawancara diatas, konselor sudah bisa menangkap atau mengidentifikasi akar permasalahan yang dirasakan NA. sikap tertutup dari NA dipicu karena rasa takut dengan apa yang sudah ia alami. Pada pertemuan ini konselor juga menggunakan teknik empati yaitu konselor ikut merasakan dan menempatkan dirinya diposisi konseli. Konselor harus dapat memahami perasaan yang diekspresikan oleh konseli. Di pertemuan ini juga konselor menyakinkan bahwa ini adalah kesempatan yang baik untuk bercerita apa yang telah ia alami.

b. Tahap Pertengahan Konseling

Pada pertemuan kedua proses konseling dilakukan. Biasanya pada pertemuan pertama hanya terkait tentang *assesment*. Program penanganan tahap lanjut atau pertengahan ini dilaksanakan untuk membantu korban menurunkan derajat trauma yang dialaminya. Program ini meliputi penanganan pasca trauma secara psikoterapi oleh tenaga ahli seperti konselor, psikolog, psikiater dan rohaniawan. Upaya bantuan pendampingan yang diberikan oleh Rifka Annisa WCC Yogyakarta sebagai bentuk usaha perlindungan terhadap perempuan korban kekerasan. Setelah dilakukan *assesment* kemudian konselor memetakan kebutuhan apa yang sangat dibutuhkan korban dan melakukan pendampingan. Proses setelah mengetahui permasalahan korban adalah dengan memberikan informasi layanan yang dapat diakses oleh korban dan membantu korban dengan

memberikan pertimbangan-pertimbangan saat pengambilan keputusan.

“...di Rifka Annisa upaya konseling dalam konteks ini adalah kegiatan yang bertujuan untuk membantu korban menjadi lebih baik melalui sarana psikologis, hukum, dan medis”. (Wawancara Amalia Rizkyarini, 29 November 2023 09:15).

Berdasarkan pada wawancara diatas adanya pengelompokan mengenai pemberian bantuan sesuai dengan kebutuhan klien.

1) Pertemuan Keempat, Kelima, dan Keenam

Pertemuan keempat ini konselor melakukan fokus masalah yang dialami NA dan pertemuan kelima dan keenam bantuan yang diberikan. Pada tahap ini konselor mendapatkan poin-poin permasalahan pada konseli NA. Kemudian konselor menganalisa kebutuhan konseli sehingga memudahkan konselor dalam pemberian bantuan. Pada tahap kerja ini konselor juga melakukan wawancara dengan teman yang menemaninya agar memperoleh data/fakta tentang masalah yang dialami konseli. Dalam hal ini konselor mengambil keputusan dalam mengatasi masalah yang dialami NA dengan pemberian pemahaman, nasihat, dan pendampingan.

“..bantuan yang saya berikan disesuaikan dengan kebutuhan konseli, sebelumnya diawal Konseling ketika dilakukan assessment NA membutuhkan penguatan dan pemahaman. Bantuan berupa pemahaman, nasihat, dan pendampingan dengan konseli. Bantuan yang saya berikan adanya pemahaman, korban harus diperkuat dan diberdayakan pada tingkat kesejahteraan psikologisnya. Saya kasih pemahaman dan pendampingan juga karena untuk memungkinkan mereka menjadi individu yang berdaya, meningkatkan pengendalian diri, kemauan berubah. Dan saya juga beri nasihat-nasihat agar tetap menjadi pribadi yang mau bertumbuh.” (Wawancara Amalia Rizkyarini, 5 Desember 2023 11:00).

Berdasarkan hasil wawancara diatas pemberian bantuan yang konselor berikan kepada NA berupa pemberian nasihat, pemahaman, dan pendampingan. Upaya yang dilakukan

konselor menggunakan metode direktif dan teknik interpretasi. Konselor mempunyai peran aktif dalam proses konseling ini. Konselor memberikan motivasi serta pemahaman terkait apa yang sedang NA rasakan dan pemberian support agar NA tidak merasa sendiri. Penggunaan teknik interpretasi ini sering digunakan dalam proses konseling agar mendapatkan dukungan serta motivasi untuk perubahan sikap konseli.

c. Tahap Akhir Konseling

Pertemuan ketujuh setelah korban mendapat berbagai layanan dan pendampingan Dengan hal itu diharapkan korban dapat merasa percaya diri kembali adanya perubahan perilaku, serta menentukan keputusan dengan pemahaman dan sudut pandang baru sehingga korban secara sadar dapat mengambil solusi terbaik bagi permasalahannya.

“..sejujurnya kita tidak pernah kemudian mengukur kalo misalnya diukurnya dari indikator kesejahteraan psikologisnya secara terukur per aspek, kita tidak pernah kasih skala itu. Karena kami tidak pernah melakukan pengukuran itu. nah ketika dirasa berhasil itu artinya dia sudah pulih ya, paling enggak ya pulih meskipun tidak 100 persen. Paling enggak dia accepting sudah bisa rilis emosinya, sudah bisa menerima dirinya, sudah bisa mengendalikan dirinya, terus kemudian tidak terlalu terpengaruh bisa reframing masalah yang dia alami gitu ya, ya ditahap ini kita melihat misalnya diawal dia datang tidak dapat merawat diri karena dampak psikologisnya yang luar biasa dan dari beberapa pertemuan konseling dia sudah menunjukkan perubahan yang bagus setelah sesi itu kita melakukan terminasi atau tutup kasus” (Wawancara Amalia Rizkyarini, 5 Desember 2023 11:15).

Pada tahap ini konselor tetap melakukan pemantauan terhadap kondisi korban, apabila korban masih membutuhkan konseling lagi maka konselor akan memberikan konseling lagi.

1) Adanya perubahan sikap konseli

Setelah dilakukannya proses konseling diharapkan konseli mengalami perubahan perilaku menjadi lebih positif.

Sebelumnya NA mengalami menurunnya kesejahteraan psikologisnya setelah apa yang ia alami. Dari proses konseling tersebut NA sudah mencapai kesejahteraan psikologis sesuai yang ia harapkan.

“..perubahan NA ini kelihatan banget, dari dia yang merasa putus asa, murung, menyesali apa yang telah terjadi setelah dilakukannya proses konseling dia jadi lebih bisa beradaptasi dengan baik, sudah menunjukkan sikap yang lebih ceria dari biasa, menjadikan hal yang lalu terjadi sebagai pengalaman dan sudah mau menerima apa yang ia alami, udah mau ngobrol duluan. Dia memang butuh teman cerita dan dukungan dari sekitar itu yang mempercepat perubahan sikap NA.”
(Wawancara Amalia Rizkyarini, 5 Desember 2023 11:40).

Berdasarkan hasil diatas menyatakan bahwa NA telah mengalami perubahan sikap setelah proses konseling menjadi lebih positif. Pada tahap ini konselor tetap melakukan pemantauan terhadap kondisi korban, apabila korban masih membutuhkan konseling lagi maka konselor akan memberikan konseling lagi.

2. Klien Inisial AY

Kasus yang dialami oleh korban AY adalah kekerasan seksual dan juga psikis sama halnya dengan kasus yang dialami oleh korban NA. AY berpendapat bahwa mantan kekasihnya adalah “*Hyper Sex*”. Karenanya AY dan pelaku sering melakukan hal-hal yang tidak senonoh. Diumur hubungan mereka yang terbilang masih baru, pelaku sudah melakukan pelecehan kepada AY. AY termakan bujuk rayu dari pelaku. Ketika ketemuan meskipun ketemuannya di rumah AY, pelaku bisa saja melakukan aktivitas “*Cuddle*” ini adalah istilah dari aktivitas pelukan yang terkadang disertai ciuman yang mereka lakukan di ruang tamu rumah AY. Tak hanya *cuddle* mereka juga terkadang melakukan *grepe* Ketika ketemuan dan itu dilakukan juga di ruang tamu rumah AY.

Aktivitas pelecehan seksual itu meskipun dilakukan atas dasar mereka berdua tetapi semakin lama AY merasa lelah dengan hubungan yang

tidak sehat seperti itu. Menurut catatan konselor juga pelaku kerap mengajak AY untuk *check in*, tapi ditolak dan reaksi pelaku seperti marah dan emosi jika permintaannya ditolak. Terkadang pelaku sering meminta *swafoto* atau *pap* atau *vcs (Video Call Sex)* korban yang tidak senonoh dalam kondisi apapun hingga pemaksaan yang mengakibatkan ancaman jika tidak menuruti permintaan sang kekasih. Kekerasan psikis yang dialami korban membuat korban mengalami rasa cemas dan emosi tidak stabil. Ancaman yang sering didapatkan adalah Ketika berakhirnya hubungan, pelaku terus terusan mengancam akan menceritakan kisah mereka ke teman-temannya.

Dari ancaman itu pelaku juga memeras korban seperti biaya damai atau biaya untuk diam. Hal tersebut membuat AY mengalami rendahnya kesejahteraan psikologis berupa stress, tidak menerima apa yang telah terjadi, emosi tidak stabil, menarik diri dari lingkungannya, murung, tidak percaya diri, dan ketakutan.

a. Tahap Awal Konseling

1) Pertemuan Pertama

Pada pertemuan pertama ini adalah tahap dimana konselor juga harus membuat rapport pada konseli. Sama seperti NA diatas, konselor menjelaskan beberapa mengenai proses pelaksanaan konseling seperti apa.

“..AY ini datang dia ngehubungin kami lewat online terus kami buat jadwal untuk datang langsung. Bedanya dengan NA, AY ini dia bisa langsung cerita dengan apa yang telah dialami dia. NA datang juga tanpa sepengetahuan siapa siapa, yaa memang disini yang melapor biasanya memang kemauan sendiri juga jarang ada yang bilang ke keluarganya. Dipertemuan pertama dengan AY selain membangun rapport berhubungan AY juga bisa langsung cerita kita juga ke tahap identifikasi masalah apa yang dialami oleh AY.”
(Wawancara Amalia Rizkyarini, 7 Desember 2023 09:00).

Berdasarkan dari wawancara diatas konseli sudah berani terbuka terkait dengan apa yang ia rasakan dan lingkungan sosial yang ia jalani. Metode yang digunakan konselor adalah

non-direktif berhubunga AY ini tipikal yang tidak terlalu menutup diri, maka konselor menggunakan teknik non-direktif yakni klien diberi kesempatan mengemukakan persoalan, perasaan, dan pikirannya secara bebas,

2) Pertemuan kedua, ketiga, dan keempat

Dipertemuan kedua ini, AY masih dengan menuangkan apa yang ia rasakan masih ditahap identifikasi masalah oleh konselor.

“..AY ini bercerita mengenai kelakuan mantan kekasihnya yang masih mengganggu dan mengancam dia seusai hubungannya berakhir. AY juga di peras dengan dalih kalo gak mau nuruti mau disebarluaskan foto-fotonya. Semasa pacarana pun pelaku yang terlebih dahulu memulai hal-hal yang tidak senonoh itu, meskipun pada awalnya mereka juga sama sama mau tapi makin kesini AY juga merasa gak nyaman, AY merasa pelaku itu hyper sex dikit dikit minta pap ketemuan juga sering di pegang-pegang.” (Wawancara Amalia Rizkyarini, 7 Desember 2023 09:40).

Berdasarkan wawancara diatas, konselor mengetahui keadaan AY mengalami dampak dari kekerasan yang ia dapatkan. Rendahnya kesejahteraan psikologis AY memengaruhi kehidupan sosialnya sehingga terkadang merasa tidak stabil hilangnya rasa percaya dan ketakutan disebabkan karena kekerasan yang ia alami.

b. Tahap Pertengahan Konseling

1) Pertemuan kelima, keenam, dan ketujuh

Pada pertemuan selanjutnya memasuki proses tahap pertengahan yakni tahap lanjut. Konselor masuk pada tahap memfokuskan masalah dan pemberian bantuan terhadap konseli yakni AY.

“..setelah melakukan proses konseling dari beberapa pertemuan sebelumnya saya memfokuskan permasalahan yang dirasakan oleh AY. Dari situ saya juga membuat catatan sendiri mengenai masalah yang dialami AY.” (Wawancara Amalia Rizkyarini, 7 Desember 2023 10:00).

Setelah melakukan pemfokusan masalah AY. Pada tahap ini konselor juga menggunakan teknik eksplorasi yakni ketrampilan konselor dalam menggali perasaan yang dialami AY, karena bisa saja konseli masih memendam hal yang tersimpan di hatinya. Tahap selanjutnya yakni pemberian bantuan sesuai kebutuhan konseli sendiri. Bantuan yang diberikan kepada konseli rata-rata sama, diantaranya seperti pemberian nasihat, pemahaman dan kesadaran.

“..kalau AY ini berhubung dia tu kalau datang gamesti kapan aja jadi kami hanya memantau juga lewat online. Seberapa dia atau korban pulih tu tergantung korbannya. Kita kan volunteering ya jadi kita tu layanannya gratis gak bayar nah kadang dari dampak gabayar itu mereka datang terus beberapa lagi gak datang cuman mau dapet second opinion doang ada juga yang begitu ada juga yang rutin kita gabisa patok ini 6 kali 7 kali 8 kali selese kita gakbisa kayak gitu, tergantung progress setiap pertemuan bagaimana. Karena kami gak bisa saklek ini beda dengan terapi psikologi yang harus diterapkan 6 kali pertemuan kan kalo dengan psikolog psikolog itu bisa mengikat ya kalau kami gak bisa seperti itu tergantung progress kliennya.” (Wawancara Amalia Rizkyarini, 7 Desember 2023 10:20).

Maka dari hasil wawancara tersebut pemberian bantuan yang diberikan konselor kepada AY sama halnya dengan NA yakni pemberian nasihat, pemahaman, dan kesadaran.

“..saya kasih nasihat dan pengertian, bahwa hubungan yang seperti itu adalah hubungan yang tidak sehat, saya juga berikan pemahaman bahwa hubungan pacaran juga memang tidak diperbolehkan dalam syariat islam dan saya beri nasihat bahwasannya tidak perlu takut diancam ancam seperti itu. Pentingnya dukungan sosial dari temen-temen atau keluarga juga harus bisa menyibukkan diri dan perlahan menerima semua apa yang terjadi dan mampun untuk keluar dari fase ini. Karena kalo gak bisa reframing nanti apa apa susah. Harus jadi orang yang kuat dan belajar dari semua pengalaman hidup.” (Wawancara Amalia Rizkyarini, 7 Desember 2023 10:40).

Berdasarkan wawancara diatas, upaya pemberian bantuan oleh konselor menggunakan teknik interpretasi yakni pemberian nasihat dan pengertian mengenai makna pacaran yang salah. Konselor juga memberikan dukungan penuh untuk membantu NA dalam menghadapi rasa ketakutannya itu dengan teknik interpretasi, menjelaskan kepada NA bahwa kondisinya sekarang sangat tidak baik jika tidak dirubah secepat mungkin yang nantinya akan memengaruhi kehidupan NA sendiri.

c. Tahap Akhir Konseling

1) Adanya perubahan sikap klien

Pada tahap akhir konseling ini pihak Rifka memantau melalui *online* dikarenakan AY juga sudah jarang datang ke rifka.

“.. pada tahap akhir ini kita memastikannya lewat online menghubunginya lewat online karena memang sudah jarang kesini ya mungkin karena sibuk atau factor yang sudah saya jelaskan tadi. Untuk perubahan dari sikap klien Ketika masih datang ke sini dia sudah banyak cerita kalau sekarang dia lagi nyibukin diri, sudah menerima apa yang telah terjadi dan ancaman-ancaman itu katanya juga di biarin aja dan ganti nomor sosmednya juga sudah pada diblok. Dan sekarang dia lebih fokus sama dirinya sendiri juga sering nyibukin ketemu temen-temennya.” (Wawancara Amalia Rizkyarini, 7 Desember 2023 11:00).

Berdasarkan hasil wawancara diatas menyatakan bahwa konseli AY yang mengalami kondisi kesejahteraan psikologis rendah bisa dikategorikan mengalami perubahan sebelum dan sesudah konseling. Konseli AY merasakan sebuah perubahan ketika sesudah dilakukannya konseling bisa mengontrol emosi yang ada, sudah berani menceritakan hal-hal yang ia rasakan berbeda dengan awal pertemuan kosenling, dan sudah berani beradaptasi dengan lingkungannya juga.

3. Klien Inisial SH

Kasus yang dialami oleh SH ini terbilang cukup parah daripada NA dan AY. Kasus kekerasan yang dialami oleh SH adalah kekerasan fisik,

seksual, dan juga psikis. SH ini dengan pacarnya memang sering melakukan kegiatan yang melebihi dari kegiatan pacaran pada umumnya. SH sesekali sering berantem dengan pasangannya yang melibatkan kekerasan fisik. SH juga sering di pukul dan mendapat ancaman. Kekerasan seksual yang SH alami sama seperti kedua korban diatas, yaitu pemaksaan hubungan seksual. Jika tidak dituruti selalu diancam bahkan sering juga di kasar. Ancaman yang SH alami yaitu penyebaran foto, dan jika tidak dituruti kemauannya lagi akan mendapat ancaman dan amukan, terkadang setelah emosi kekasihnya mereda akan melakukan hubungan seksual lagi. Hubungan seksual yang SH alami adalah simbol perdamaian dalam hubungan mereka jika terjadi masalah antara keduanya atau bentuk rasa meluapkan emosi yang kekasihnya rasakan.

Perilaku rendahnya kesejahteraan psikologis yang ditunjukkan SH adalah susah berinteraksi dengan teman-temannya, menutup diri, sering terlihat murung, rasa penyesalan yang teramat menghantui pikiran SH, dan rasa ingin mengakhiri hidupnya.

“..“...sebenarnya kasus yang sering ditangani disini itu KTI mba, nah untuk kasus kdp ini juga ditangani disini bahkan tingkatnya itu kedua atau ketiga setelah KTI. Yaa masih terbilang tinggi juga mba. Tapi untuk kasus KDP ini biasanya yang ditangani Rifka Annisa yang udah kayak parah banget mba rata rata dalam segi kekerasan seksual. Ya ada sih yang kayak di pukul terus kesini atau secara verbal. Cuman kebanyakan mengarah ke seksual karna kalo sudah ke seksual terkadang psikis juga sudah kena fisik pun juga kena” (Wawancara Amalia Rizkyarini, 5 Desember 2023 08:00).

Untuk kekerasan fisik yang dialami SH dilihat juga tidak begitu parah, sempat ditawarkan untuk di cek atau di visum tetapi SH pun menolak dia datang hanya ingin mendapat dukungan agar tetap semangat menjalani kehidupannya se usai berakhirnya hubungan mereka, sesuai dengan wawancara dan catatan dari konselor Amalia sebagai berikut”.

“...kalo SH itu dia pernah mengalami kekerasan fisik mba, wah saya juga gabisa bayangin gimana kalau saya jadi dia. SH itu sering ditampar bahkan pacarnya sering memukul dia dikarenakan ya masalah sepele gitu kayak harus nurutin kemauannya kalau enggak ya pacarnya main tangan. Sering juga dapet ancaman. Sampe SH sering ngerasa cemas kalau dekat sama pacarnya” (wawancara Amalia Rizkyarini, 5 Desember 2023).

Dari bentuk kekerasan fisik, seksual, psikis yang korban alami membuat banyak sekali dampak yang merugikan bagi korbannya. Korban sering mengalami ketakutan dan perasaan tidak tenang jika bertemu dengan pacarnya. Korban menjadi pribadi yang tertutup dan seperti tidak memiliki kebebasan dalam hidupnya.

a. Tahap Awal Konseling

1) Pertemuan Pertama, kedua, dan ketiga

Pada pertemuan pertama ini seperti yang diatas adalah proses assemen dan membangun hubungan yang baik pada konseli pada pertemuan selanjutnya juga sudah dilakukan proses konselingnya. Ketika dilakukannya proses konseling SH ini memang tipikal orang yang pendiam jadi harus ditanya terlebih dahulu.

“..SH ini anaknya diem ya pendiem gitu dia kalau ga ditanya dulu ya susah buat cerita jadi saya yang mulai nanya-nanya dulu, kalau dirasa dia sudah nyaman juga dia bisa ngalir sendiri ngomongnya.” (wawancara Amalia Rizkyarini, 5 Desember 2023).

Konselor mengetahui dan memahami kondisi dari konseli. Maka hal yang dilakukan oleh konselor adalah dengan teknik pertanyaan terbuka untuk membuka percakapan dan untuk mengarahkan pembicaraan konseli Apabila konseli tetap tidak mau berbicara, maka konselor tidak memaksa untuk konseli berbicara dan lebih banyak memberikan pengertian agar di proses konseling selanjutnya konseli dapat terbuka. Pada pertemuan ini konselor melakukan tahap mendefinisikan

masalah dan identifikasi masalah yang dialami SH. Berdasarkan dari catatan konselor dan juga wawancara. SH ini mengalami rendahnya kesejahteraan psikologis dikarenakan masalah kekerasan yang ia alami. Ketika ditanya konselor SH sangat menyesali apa yang telah terjadi dia juga ingin seperti sedia kala yang baik baik saja, SH juga datang ke Rifka atas kemauannya sendiri dan tidak bilang kepada siapapun.

b. Tahap Pertengahan Konseling

1) Pertemuan keempat, kelima, keenam

Setelah dilakukan proses identifikasi masalah tahap selanjutnya adalah memfokuskan masalah dan pemberian bantuan terhadap klien. Konselor mendapatkan poin-poin permasalahan pada konseli SH. Kemudian konselor membuat data konseli SH yang sudah dikategorikan pada permasalahan sosial dan permasalahan kekerasan yang ia alami sehingga memudahkan konselor dalam pemberian bantuan. Rendahnya kesejahteraan psikologis yang dialami SH mempengaruhi aktivitas kesehariannya. Pemberian bantuan yang dilakukan konselor seperti yang dikatakan oleh konselor Lia, sebagai berikut:

“.. pemberian bantuan yang saya berikan tergantung apa yang kami sepakati juga. Diawal saya sudah sarankan untuk dilakukan visum dan cek ke rumah sakit tetapi SH ini menolak dari sini saya berikan bantuan berupa pemberian nasihat, pemahaman dan kesadaran dengan teknik interpretasi. Disini saya beri dia, pemahaman, dia Ketika cerita juga mudah nangis atau berkaca kaca mengingat apa yang telah terjadi. Disini say akasih pemahaman bahwa proses konseling ini sebagai sebuah kesempatan yang baik untuk dia bisa mengeksplere dan menceritakan apa yang sedang ia rasakan, mengungkapkan semua masalah yang dialami..” (wawancara Amalia Rizkyarini, 5 Desember 2023).

Berdasarkan wawancara diatas, upaya konselor dalam membantu kesejahteraan psikologis pada korban dengan

memberikan pemahaman dan dukungan agar korban tidak merasa sendiri dan masih percaya banyak sekelilingnya masih memberikan dukungan untuk para korban. Metode yang dilakukan konselor dalam proses konseling ini menggunakan metode direktif dikarenakan pada awal konseling korban rata-rata tidak bisa mengungkapkan apa yang sedang ia rasakan, maka peran konselor dalam proses konseling ini sangat diperlukan dengan menggunakan metode ini konselor dapat lebih sabar menghadapi permasalahan yang konseli alami.

c. Tahap Akhir Konseling

1) Adanya perubahan sikap klien

Pada tahap ini adanya perubahan yang dirasakan oleh SH terbukti dari pantauan konselor pada SH melalui *online* atau dating ke Rifka.

“.. ada sih perubahan dari SH ini dia lebih bisa menerima apa yang di alami, sudah bisa memutuskan apa yang mau dilakukan atau engga juga kehidupan sosialnya juga perlahan sudah baik baik saja, yaa masi agak takut tapi SH ini sudah bisa mengontrol emosinya sudah baik mengontrol semuanya juga, SH ini meskipun sudah jarang dating tapi kami masih melakukan pantauan mengenai sikap dia walaupun dari jauh.”
(wawancara Amalia Rizkyarini, 5 Desember 2023).

Berdasarkan hasil wawancara diatas menyatakan bahwa konseli SH mengalami kondisi kesejahteraan psikologis yang tergolong rendah, SH bisa dikategorikan mengalami perubahan sebelum dan sesudah konseling. Konseli SH merasakan sebuah perubahan ketika sesudah dilakukannya konseling. SH merasakan perubahan seperti hubungan sosialnya membaik, dapat menerima apa yang sudah terjadi, dan memiliki tujuan hidup yang terarah.

BAB IV

ANALISIS HASIL PEMBAHASAN

A. Analisis Proses Pelaksanaan Konseling Individu dalam Membentuk Kesejahteraan Psikologis pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Pacaran di Rifka Annisa WCC Yogyakarta

Seseorang dianggap memiliki kesejahteraan psikologis ketika semua kebutuhannya terpenuhi melalui berbagai upaya untuk mencapai kesejahteraan tersebut. Kesejahteraan seseorang dapat dilihat dari tingkat kepuasan dalam kehidupannya dan penilaian terhadap aspek penting seperti karir, kesehatan, hubungan antar individu, serta emosi positif seperti kebahagiaan, keterlibatan, dan pengalaman emosi negatif seperti kemarahan, kesedihan, dan ketakutan.

Kebahagiaan sering dikaitkan dengan kesejahteraan, demikian sesuai dengan yang teori yang diungkapkan oleh Diener dalam penelitian (Devy & Sugiasih, 2017), bahwa kesejahteraan merupakan evaluasi kognitif dan afektif seseorang terhadap hidupnya. Evaluasi ini mencakup penilaian emosional terhadap berbagai kejadian yang dialami dan juga penilaian kognitif terhadap kepuasan dan pemenuhan kebutuhan. Seseorang dikatakan memiliki kesejahteraan tinggi jika mereka merasa puas dengan hidupnya dan lebih sering merasakan perasaan positif daripada negatif.

Hubungan pacaran mampu meningkatkan kesejahteraan seseorang, dengan kata lain, hubungan romantis antara pasangan kekasih dapat meningkatkan kualitas kehidupan seseorang. Namun, tidak semua hubungan romantis selalu membawa kebahagiaan, karena masalah dalam hubungan romantis juga dapat menurunkan kesejahteraan seseorang. Masalah yang timbul dalam proses pacaran pada akhirnya dapat mempengaruhi kesejahteraan seseorang secara keseluruhan.

Sesuai dengan teori menurut Murray dikutip dalam (Sari, 2018) bahwa kekerasan dalam pacaran adalah kekerasan yang merujuk pada suatu perilaku yang dijalankan dengan sengaja melalui penggunaan strategi kejahatan, seperti paksaan, tekanan, perusakan, dan pelecehan, baik secara fisik maupun psikologis yang dialami oleh seorang individu. Hal ini juga bisa mencakup upaya mempertahankan kontrol dan kekuasaan terhadap pasangan. Oleh karena itu, dalam upaya penyelesaian permasalahan terhadap korban yang ditangani Rifka Annisa WCC Yogyakarta, maka

pihak dari Rifka Annisa melakukan konseling individu untuk membantu permasalahan yang dihadapi konseli.

Adapun indikator dari kesejahteraan psikologis menurut (Ryff & Keyes, 1995) adalah suatu keadaan di mana individu mampu menerima dirinya apa adanya, mampu membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial, mampu mengontrol lingkungan eksternal, memiliki arti dalam hidup serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara kontinu.

Konseling individu merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang konselor terhadap seorang klien melalui tatap muka secara langsung dalam rangka pengentasan atau penyelesaian masalah yang dihadapi oleh klien hal ini sesuai dengan teori Prayitno yang dikutip dalam (Kasmadi, 2018). Dari proses konseling individu ini, diharapkan mampu membawa perbaikan pada diri konseli. Tujuan konseling individu adalah membantu klien memahami kondisi dirinya sendiri, mampu membuat pilihan, dapat menyesuaikan dengan lingkungannya, permasalahan yang dialami, kekuatan dan kelemahan dirinya sehingga klien mampu mengatasinya.

Perlu diketahui bahwasannya kekerasan dalam pacaran yang ditangani Rifka Annisa sudah mencapai pada tahap kekerasan seksual dikarenakan banyak dari korban tidak menyadari kekerasan yang telah dialami. Menurut Rifka Annisa kebanyakan yang melapor memang dari segi korban kekerasan seksual, dan menurut Rifka Annisa kebanyakan kekerasan seksual juga mencakup kekerasan-kekerasan lainnya, seperti kekerasan psikis dan fisik. Adapun analisis proses pelaksanaan konseling individu dalam membentuk kesejahteraan psikologis pada perempuan korban kekerasan dalam pacaran di Rifka Annisa WCC Yogyakarta ditinjau dari beberapa fokus yaitu sebagai berikut :

1. Analisis Tahap Pelaksanaan Konseling

Tahap- tahap konseling individu yang diterapkan di Rifka Annisa sesuai dengan teori yang dijelaskan menurut Sofyan S. Willis dalam (Rahmadani, 2022), tahap-tahap layanan konseling individu yaitu, tahap awal konseling, tahap kerja dan tahap akhir. Adapun proses pelaksanaan konseling individu dibagi menjadi tiga, yaitu:

1. Tahap Awal Konseling

Pada tahap awal ini adalah membangun hubungan yang baik kepada konseli, dilakukannya assesment dan pemetaan terhadap korban. Keberhasilan konseling dapat ditentukan pada tahap awal konseling, dimana keberhasilan konseling dapat dilihat pada keterbukaan konselor dan konseli. Artinya, konseli dapat terbuka mengenai perasaannya, dapat mengungkapkan isi hatinya, serta harapan-harapannya. Kemudian konselor dapat memahami dan menghargai konseli dalam proses konseling, sehingga proses konseling individu akan lancar dan dapat mencapai tujuan konseling individu. Setelah terjalin baik hubungan antara konselor dengan klien akan memudahkan konselor untuk mengangkat topik permasalahan yang dialami konseli.

Pada tahap ini konselor harus mampu memahami kondisi korban dan tidak memaksakan korban untuk bercerita, sejak tahap ini konselor harus membangun hubungan setara dengan korban. Pada tahap ini konselor akan berupaya untuk mengidentifikasi masalah yang dirasakan konseli atau yang dirasa konseli susah untuk menjelaskan masalahnya, pada tahap ini juga pentingnya peran konselor memahami bagaimana perasaan korban serta pandangan korban terhadap permasalahan yang dihadapi.

2. Tahap Pertengahan Konseling

Pada tahap ini konselor memetakan kebutuhan apa yang sangat dibutuhkan korban dan melakukan pendampingan. Proses setelah memfokuskan permasalahan korban adalah dengan memberikan informasi layanan dan bantuan yang dapat diakses oleh korban agar dapat membantu korban dengan memberikan pertimbangan-pertimbangan saat pengambilan keputusan dan melibatkan korban berdasarkan jenis dan kelompok sehingga dapat saling menguatkan dan mendukung untuk mendorong perubahan perilaku menjadi lebih baik.

Pada tahap ini, konselor memulai proses konselingnya dengan memfokuskan masalah pada konseli dan meminta konseli untuk mulai

menceritakan permasalahannya dengan secara detail, lalu setelah itu konselor menentukan bantuan apa yang akan diberikan. Bantuan yang diberikan yaitu dengan pemberian motivasi, arahan, pendampingan, dukungan serta pemahaman dan pengertian pada konseli, yang diharapkan konseli dapat memahami situasinya dan mampu berubah menjadi lebih baik dari sebelumnya.

3. Tahap Akhir Konseling

Tahap terakhir adalah tahap dimana konseli sudah mampu atau sudah bisa mengatasi permasalahannya sendiri. Setelah melalui beberapa tahapan dan pertemuan dalam proses konseling, tiba saatnya adalah tahap akhir dari proses konseling. Tahap ini korban dapat merasa lebih percaya diri kembali serta menentukan keputusan dengan pemahaman dan sudut pandang baru sehingga korban secara sadar dapat mengambil solusi terbaik bagi permasalahannya untuk kehidupan selanjutnya dan tetap melakukan pemantauan dari hasil pendampingan konseling yang telah dilakukan pada tahap-tahap sebelumnya dan jika ada hal yang tidak sesuai harapan konselor atau yang diharapkan Rifka Annisa WCC Yogyakarta, maka akan dilakukan konseling lagi. Tahap akhir ini merupakan terminasi dari tahapan penanganan serta konseling yang dilaksanakan oleh Rifka Annisa pada perempuan korban kekerasan dalam pacaran,

hal ini sesuai dengan yang diungkapkan Good dalam (Sanyata, 2012) bahwa proses terminasi merupakan proses untuk membantu individu memahami perasaan, efikasi diri, percaya diri dan mengarahkan diri.

2. Analisis Metode Konseling

Metode merupakan cara yang dilakukan pada proses layanan konseling, dengan harapan dapat membantu menyelesaikan problematika yang terjadi pada rendahnya kesejahteraan psikologis pada perempuan korban kekerasan dalam pacaran di Rifka Annisa WCC Yogyakarta. Metode yang digunakan pada proses konseling individu, sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Tohirin dalam

(Husni, 2017), teori tersebut menyebutkan beberapa metode diantaranya, metode direktif, non-direktif, dan elektif.

- a. Metode direktif, konselor mengambil peranan penting dan berusaha memberi pengarahan yang sesuai dengan penyelesaian masalahnya. Konselor menjadi pusat dalam proses penyelesaian masalah. Konselor menggunakan metode ini Ketika mendapati konseli yang masih larut dalam permasalahannya, yang masih tertutup dan susah menjelaskan atau menceritakan apa yang sedang ia rasakan. Seperti halnya konseli NA dan SH. Keduanya memiliki pribadi yang tertutup dan susah menceritakan apa yang ia rasakan karena pengalaman yang terjadi pada keduanya. Setelah dilakukannya konseling, kedua mengalami perubahan yang lebih positif.
- b. Metode non-direktif, merupakan upaya bantuan pemecahan masalah yang berpusat pada klien. Klien diberi kesempatan mengemukakan persoalan, perasaan dan pikiran-pikirannya secara bebas. Pendekatan ini berasumsi dasar kalo seseorang yang punya masalah pada dasarnya punya potensi dan mampu menyelesaikan masalahnya sendiri. Konselor menggunakan metode ini pada konseli AY, konselor menggunakan metode ini lantaran dipicu dari kondisi AY yang mampu menemukan dan mengidentifikasi permasalahannya sendiri dalam artian AY mampu berperan atau berpotensi mampu menyelesaikan apa yang ia alami, Konselor berperan hanya sebagai pendorong dan pencipta situasi yang memungkinkan klien untuk bisa berkembang sendiri. Jadi, konselor berperan membantu klien dalam merefleksikan sikap dan perasaan-perasaannya.

3. Analisis Teknik Konseling

Pengimplementasi penggunaan teknik konseling memudahkan konselor dalam proses pelaksanaan konseling dan mewujudkan proses konseling secara efektif dalam membentuk kesejahteraan psikologis pada korban kekerasan dalam pacaran. Hal serupa sesuai dengan teori teknik-teknik konseling yang disampaikan oleh Bandura dalam (Mahmud & Sunarty, 2012) diantaranya, *Attending*, empati, pertanyaan terbuka, interpretasi, dan eksplorasi. Teknik tersebut juga diterapkan pada proses pelaksanaan konseling individu di Rifka Annisa WCC Yogyakarta.

- a. Teknik *Attending*, teknik ini dilakukan Ketika dimulainya proses konseling gunanya yaitu membangun hubungan baik dengan klien. Pada teknik ini konselor diawal menjelaskan mengenai proses konseling seperti apa, menjelaskan definisi mengenai konseling, tujuan konseling dan seputar dengan proses konseling. Keberhasilan dalam proses konseling ditentukan pada tahap awal proses konseling itu dilakukan. Pada peran konselor ini menentukan keterbukaan dari konseli dipengaruhi faktor yang dapat dipercaya oleh klien. Konselor mampu melibatkan terus menerus dalam proses konseling berlangsung, karena demikian proses konseling akan berjalan dengan lancar dan mencapai sebuah tujuan yang diharapkan.
- b. Empati, menyelaraskan diri atau peka terhadap apa, bagaimana, dan latar belakang perasaan dan pikiran orang lain sebagaimana orang tersebut merasakan dan memikirkannya. Empati sebagai dasar dari kepribadian konselor. dalam membina kepribadian konselor agar mampu berkomunikasi dengan klien dan dapat merasakan apa yang dirasakan klien. Teknik ini digunakan konselor agar konselor turut merasakan apa yang sedang konseli rasakan, sehingga konselor tidak memaksa konseli ini terus menerus bercerita.
- c. Pertanyaan terbuka, teknik ini digunakan konselor ketika dirasa konseli susah untuk menjelaskan apa yang sedang ia rasakan. Teknik ini berupa pertanyaan untuk memancing konseli agar mau berbicara mengungkapkan perasaannya, pengalamannya, dan pemikirannya dengan utuh atau rinci.
- d. Eksplorasi, kemampuan konselor mendalami ide, perasaan, dan pengalaman klien. Hal ini penting dilakukan, karena kebanyakan klien menyimpan rahasia batin, menutup atau tidak mampu mengemukakan pendapatnya dengan terus terang. Teknik eksplorasi memungkinkan klien untuk bebas berbicara tanpa rasa takut, tertekan, dan terancam. Seperti yang terjadi pada AY, karena ia masih memiliki sesuatu yang dipendam.
- e. Interpretasi, adalah usaha yang dilakukan konselor dalam menanamkan makna kepada klien. Interpretasi berarti menunjukkan kepada klien melalui hipotesis mengenai relasi dan makna dalam perilaku klien. Konselor menggunakan teknik ini untuk memberikan pemahaman serta

kesadaran, menumbuhkan makna-makna perilaku positif didalam alam bawah sadar mereka, memberikan motivasi serta masukan pada diri konseli.

4. Analisis Indikator Kesejahteraan Psikologis

Hasil dari pelaksanaan konseling individu pada korban kekerasan dalam pacaran menunjukkan adanya kesejahteraan psikologis yang baik. Hal ini sesuai dengan teori dari Ryff (Ryff & Keyes, 1995), bahwa seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis mampu menunjukkan beberapa indikator sebagai berikut:

a. Penerimaan diri (*Self Acceptence*)

Penerimaan diri adalah bagaimana individu menerima diri sendiri secara apa adanya dan pengalamannya. Sebelum dilakukannya proses konseling ketiga korban kekerasan memiliki rasa penyesalan yang teramat besar. Tidak mampunys menerima apa yang telah terjadi membuat ketiga korban mengalami stress yang mengganggu aktivitas keseharian mereka. Setelah dilakukannya konseling dan diberikan pemahaman serta motivasi, ketiga korban tersebut perlahan mampu menerima apa yang telah mereka alami dan mau berdamai dengan masalah.

b. Hubungan positif dengan orang lain (*Positive Relations with Others*)

Karakteristik ini berkaitan dengan kemampuan membangun interaksi antarpribadi yang ramah dan dapat dipercaya, yang menjadi ciri individu yang mengaktualisasikan diri dengan kasih sayang dan empati. Dari ketiga korban diatas mereka semua mengalami hubungan sosialnya yang buruk karena mengalami kekerasan yang mereka dapatkan. Ketiga korban tersebut mengalami rasa murung, menarik diri dari lingkungan sosialnya, kurangnya rasa percaya diri, rasa takut dan cemas berlebihan. Setelah dilakukannya konseling pada ketiga korban tersebut. Adanya perubahan pada sikap mereka, mereka sudah berani beradaptasi dengan lingkungannya kembali, sudah tidak terlalu banyak murung, dan mampu mengontrol segala emosi yang ada pada dirinya.

c. Otonomi (*Autonomy*)

Mereka mempunyai kapasitas untuk bertindak mandiri dan menolak tekanan sosial yang tidak patut. Bersikap otonom, menentukan nasib

sendiri, dan mempunyai kebebasan mengambil keputusan tanpa pengaruh luar merupakan ciri-ciri seseorang yang memiliki otonomi yang kuat. Sikap rendahnya indikator otonomi ini ditunjukkan oleh korban AY. Sebelumnya AY mengalami rasa Tidak mampu memutuskan pilihannya sendiri, ragu terhadap keputusan yang telah dibuatnya, tidak percaya diri. Setelah dilakukannya konseling perlahan berangsur dengan baik.

d. Tujuan Hidup (*Purpose Of Life*)

Dimensi ini terdiri dari keyakinan yang memberikan kesan kepada masyarakat bahwa hidup mereka memiliki arah dan makna, serta pengetahuan tentang makna dan tujuan hidup. Pada korban SH ia yang paling banyak mendapat kekerasan dalam hubungannya. Rasa ingin mengakhiri hidup dan tidak memiliki tujuan hidup lagi. membuat SH sangat terkadang merasa stress dan penuh dengan rasa cemas karena pengalaman yang ia dapatkan. Setelah dilakukannya konseling dan diberikan pengarahan serta pemahaman SH sudah mampu mengontrol emosi-emosi negative yang ada dibenaknya. Dan berkeinginan untuk tetap melanjutkan hidupnya menjadi pribadi yang lebih baik.

e. Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*)

Dimensi pertumbuhan pribadi, adalah tingkat individu dalam meningkatkan atau mengembangkan potensinya terus menerus. Rendahnya kesejahteraan psikologis pada aspek ini juga dialami oleh SH. Setelah kejadian yang ia alami SH merasa hidupnya stagnan dan berpikiran tidak bisa berubah. Setelah melalui proses konseling pada akhirnya SH menunjukkan sikap yang berbeda yakni mampu terbuka terhadap pengalaman yang baru, siap menghadapi tantangan, menyadari bahwa dirinya memiliki potensi yang harus digali, dan melihat adanya perubahan serta peningkatan dari diri dan tingkah lakunya sepanjang waktu.

Berdasarkan hasil analisis penulis, berikut merupakan tabel kondisi kesejahteraan psikologis pada perempuan korban kekerasan dalam pacaran sebelum dan sesudah mendapatkan layanan konseling individu yaitu :

Tabel 4.1 Kondisi Korban Sebelum dan Sesudah Mengikuti Konseling Individu

Nama	Bentuk KDP	Indikator Kesejahteraan Psikologis	Perilaku Sebelum	Perilaku Sesudah
NA	Kekerasan Seksual, dan Psikis,	Penerimaan diri (SelfAcceptance), penerimaan diri adalah bagaimana individu menerima diri sendiri secara apa adanya dan pengalamannya.	Tidak menerima apa yang telah terjadi pada dirinya	Sudah mampu untuk menerima pengalamannya dan menerima apa yang telah terjadi pada dirinya.
		Hubungan Positif dengan orang lain, merupakan tingkat kemampuan dalam berhubungan hangat dengan orang lain yang didasari dengan perasaan empati.	Menarik diri dari lingkungannya atau sosial. Tidak percaya diri, takut, kurangnya rasa percaya terhadap orang	Mampu beradaptasi dengan lingkungannya kembali, dan berbaur dengan orang di sekitarnya.
AY	Kekerasan Seksual, Ekonomi, dan Psikis	Penerimaan diri (Self Acceptance), penerimaan diri adalah bagaimana individu menerima diri sendiri secara apa adanya dan pengalamannya	Kurang menerima apa yang telah terjadi pada dirinya	Sudah mampu untuk menerima pengalamannya dan menerima apa yang telah terjadi pada dirinya.

		Hubungan Positif dengan orang lain, merupakan tingkat kemampuan dalam berhubungan hangat dengan orang lain yang didasari dengan perasaan empati.	Menarik diri dari lingkungannya atau sosial.	Mampu beradaptasi dengan lingkungannya kembali, dan berbaur dengan orang di sekitarnya.
		Otonomi, tingkat kemampuan individu dalam menentukan nasibnya sendiri atau keputusannya.	Tidak mampu memutuskan pilihannya sendiri, ragu terhadap keputusan yang telah dibuatnya, tidak percaya diri.	Sudah mampu memutuskan solusinya sendiri tanpa bantuan atau pandangan orang lain. Sudah mulai percaya diri
SH	Kekerasan Seksual, Psikis, dan Fisik	Penerimaan diri (Self Acceptance), penerimaan diri adalah bagaimana individu menerima diri sendiri secara apa adanya dan pengalamannya.	Tidak mampu menerima apa yang telah terjadi.	Perlahan sudah mampu menerima apa yang telah terjadi.
		Pertumbuhan pribadi, yaitu tingkat individu dalam meningkatkan atau mengembangkan potensinya terus menerus	Merasa hidupnya stagnan dan mudah menyerah.	mampu terbuka terhadap pengalaman yang baru, siap menghadapi tantangan, menyadari bahwa dirinya

				memiliki potensi yang harus digali, dan melihat adanya perubahan serta peningkatan dari diri dan tingkah lakunya sepanjang waktu
		Hubungan Positif dengan orang lain, merupakan tingkat kemampuan dalam berhubungan hangat dengan orang lain yang didasari dengan perasaan empati.	Adanya hubungan yang tenggang dengan teman teman sekitarnya.	Sudah mampu menciptakan hubungan yang lebih hangat dengan sekitarnya.
		Tujuan Hidup, individu yang positif pasti memiliki tujuan, kehendak, dan merasa hidupnya terarah pada tujuan tertentu	Rasa ingin mengakhiri hidup dan tidak memiliki tujuan hidup lagi.	Perlahan rasa itu telah ditepis dan perlahan juga sanggup menerima kejadian tersebut dan berkeinginan untuk terus melanjutkan hidup yang terarah

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi pada penelitian ini menunjukkan hasil bahwa perempuan korban kekerasan dalam pacaran tentunya memiliki rasa trauma yang bermacam-macam seperti subyek penelitian yang ada diatas. Banyak sekali rasa trauma yang dialami korban hingga memengaruhi kesejahteraan psikologisnya. Setelah dilakukan proses konseling dan dari proses itu mampu menunjukkan perubahan yang lebih positif. Dengan adanya bantuan dan dukungan konselor Rifka Annisa WCC yang baik sedikit demi sedikit dapat membentuk kesejahteraan psikologis konseli. Interaksi dan perubahan sikap yang dilakukan konseli tunjukan sudah menunjukkan adanya kesejahteraan psikologis yang baik.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang berjudul “Konseling Individu Dalam Membentuk Kesejahteraan Psikologis pada Perempuan Korban Kekerasan dalam Pacaran (Studi Kasus di Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta)”, maka dapat diambil kesimpulan bahwa proses konseling individu yang dilakukan terhadap perempuan korban kekerasan dalam pacaran dalam membentuk kesejahteraan psikologis seperti yang menimpa kepada korban melalui beberapa tahapan-tahapan konseling individu baik pada: (a) tahap awal yaitu dengan dilakukan dengan cara pengaduan secara langsung, lewat HotLine maupun Outreach dan membangun hubungan yang baik dengan korban atau klien; (b) tahap inti, proses pembentukan kesejahteraan psikologis terdapat pada tahap pertengahan yang mana konselor memetakan kebutuhan apa yang sangat dibutuhkan korban dan memberikan bantuan sesuai kebutuhan klien serta melakukan pendampingan; di tahap ini konselor juga menggunakan berbagai teknik konseling agar memudahkan jalannya proses konseling. Pemberian bantuan konselor menggunakan teknik interpretasi guna menumbuhkan pemahaman dan motivasi pada diri konseli. Metode yang digunakan konselor mengikuti atau tergantung bagaimana kondisi konseli, jika konseli adalah pribadi yang tertutup maka menggunakan metode direktif yang mana konselor berperan aktif dalam proses pelaksanaan konseling ini. dan (c) tahap akhir, korban dapat merasa lebih percaya diri kembali serta menentukan keputusan dengan pemahaman dan sudut pandang baru sehingga korban secara sadar dapat mengambil solusi terbaik bagi permasalahannya untuk kehidupan selanjutnya dan tetap melakukan pemantauan dari hasil pendampingan konseling yang telah dilakukan pada tahap-tahap sebelumnya. Hasil dari pelaksanaan proses konseling ini sudah terwujud kesejahteraan psikologisnya. Hal ini dibuktikan dengan terlihatnya perubahan perilaku sesuai indikator kesejahteraan psikologis yang terlihat dari perubahan sikap konseli yaitu penerimaan diri, hubungan yang positif dengan orang lain, memiliki tujuan hidup, otonomi, dan pertumbuhan pribadi

B. Saran

Pada penelitian ini, peneliti menyadari masih banyak kekurangan yang peneliti tulis dan jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kepada peneliti selanjutnya agar dapat menyempurnakan hasil penelitian yang dihasilkan nantinya lebih baik lagi. Adapun saransaran dari peneliti yakni: Hendaknya UIN Walisongo khususnya fakultas Dakwah dan Komunikasi Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam lebih menekankan kepada mahasiswa untuk sering melakukan penelitian;

1. Bagi Rifka Annisa WCC Yogyakarta

Diharapkan bagi LSM Rifka Annisa WCC Yogyakarta, hendaknya membuat jadwal konseling kasus yang ditangani secara terjadwal agar klien dapat menerima konseling secara teratur sampai tuntas. Karena sesuai fakta yang ada dilapangannya. Meskipun layanan konseling dilakukan secara gratis kebanyakan korban yang datang untuk melakukan konseling terkadang tidak teratur melakukan konseling secara rutin tersebut. Dengan dilakukan jadwal konseling secara teratur dengan niat yang baik mampu membantu klien secara lebih menyeluruh mengenai apa yang sedang dirasakan dan solusi untuk kedepannya.

2. Bagi Konselor

Diharapkan bagi konselor agar lebih mendalami proses konseling individu agar dapat mencapai hasil yang lebih baik sebagaimana yang konselor inginkan. Proses konseling tidak dapat selesai hanya dengan melihat perubahan pada konseli, tetapi konselor tetap harus memantau perkembangan perilaku konseli dengan menjaga hubungan baik dengan konseli. Karena ketika korban sudah berani melapor adalah sebuah keberanian yang sepatutnya kita apresiasi. Dikarenakan kebanyakan korban yang mengalami kekerasan dihanya bisa bungkam dan tidak 99 berani untuk menceritakan apa yang dia rasakan. Disini peran konselor sangat penting untuk lebih aware dengan apa yang dirasakan korban dan memang sepatutnya merangkul korban agar merasa memiliki dukungan untuk terus bertahan.

3. Bagi Korban

Kekerasan memanglah hal yang tidak semua orang ingin mendapatkannya. Apalagi kekerasan dalam pacaran yang dialami sebagian perempuan yang sedang dalam fase jatuh cinta. Pacaran yang dibayangkan adalah hal yang sangat menyenangkan dan mampu memberikan sebuah getaran hal positif ketika melakukan sesuatu seperti sebuah semangat, namun hal yang tidak diinginkan terjadilah kekerasan dalam hal tersebut. Bagi semua korban yang mendapatkan kekerasan khususnya dalam hubungan pacaran, janganlah takut untuk bercerita kepada seseorang yang sangat dipercayai untuk memberikan kekuatan. Jangan dipendam sesuatu jika itu sudah sangat menyakitkan. Berbagilah cerita kepada orang yang dipercaya dan janganlah takut dan ragu untuk melaporkan kekerasan yang anda alami.

C. Keterbatasan Penelitian

1. Teknik pengumpulan data wawancara tidak dapat dipenuhi semua karena terdapat kode etik berupa tidak diizinkan menginput data pribadi korban, termasuk melakukan wawancara secara langsung terhadap korban. Namun, peneliti tetap melakukan observasi secara langsung kepada korban.
2. Tidak dapat mendokumentasikan semua korban kekerasan, karena menyalahi aturan serta kode etik di Rifka Annisa WCC Yogyakarta karena adanya asas kerahasiaan yang harus ditaati oleh Rifka Annisa.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Z. (2009). Optimalisasi Konseling Individu dan Kelompok untuk Keberhasilan Siswa. *INSANIA: Jurnal Pemikiran Alternatif Kependidikan*, 14(1), 132–148.
- Afandi, N. A., Wahyuni, H., & Adawiyah, A. Y. (2015). Efektivitas Pelatihan Mindfulness terhadap Penurunan Stres Korban Kekerasan dalam Pacaran (KDP). *Jurnal Pamator*, 8(2), 75–84.
- Ahmad Putra. (2019). Dakwah Melalui Konseling Individu. *ENLIGHTEN (Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam)*, 2(2), 97–111. <https://doi.org/10.32505/enlighten.v2i2.1201>
- Algifahmy, A. F. (2016). Pembelajaran General Life Skills Terhadap Anak Autis di Sekoah Khusus Autis Bina Anggita Yogyakarta. *Tarbiyatuna*, 7(2), 205–216
- Amin, S. M. (2010). *Bimbingan dan Konseling Islam*.
- Andriyani, J. (2018). Konsep Konseling Individual Dalam Proses Penyelesaian Perselisihan Keluarga. *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam*, 1(1), 17–31. <https://doi.org/10.22373/taujih.v1i1.7189>
- Annisa Salsabila, & Dinda Dwarawati. (2022). Hubungan antara Forgiveness dan Post Traumatic Growth pada Perempuan Korban Kekerasan dalam Pacaran pada Usia Dewasa Awal di Kota Bandung. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(2), 124–131. <https://doi.org/10.29313/jrp.v1i2.558>
- Arifin, I. Z. (2008). Bimbingan Dan Konseling Islam (Al-Irsyad Wa Al_Tawjîh Al-Islam) Berbasis Ilmu Dakwah. *Academic Journal for Homiletic Studies Januari-Juni*, 4(11), 27–1092.
- Arini, D. P. (2021). Emerging Adulthood : Pengembangan Teori Erikson Mengenai Teori Psikososial Pada Abad 21. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 15(01), 11–20. <https://doi.org/10.33557/jpsyche.v15i01.1377>
- Aziz, Y. A. (2018). Strategi Coping Perempuan Korban Kekerasan dalam Pacaran di Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta. *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 12(1), 58–84. <https://doi.org/10.24090/komunika.v12i1.1385>
- Bukhori, B. (2014). Dakwah Melalui Bimbingan dan Konseling Islam. *KONSELING RELIGI: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 5(1), 1–18.
- D.Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <http://coursedelivery.org/write/wp-content/uploads/2015/02/2-Happiness-is-everything-or-is-it.pdf>
- Devy, O. C., & Sugiasih, I. (2017). Kesejahteraan Psikologis pada Remaja Perempuan Korban Kekerasan dalam Pacaran Ditinjau dari Rasa Syukur dan Harga Diri. *Proyeksi*, 12(2), 43–52. <http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/proyeksi/article/download/2819/2061>
- Fatchurrahman, M. (2018). Problematik Pelaksanaan Konseling Individual. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 3(2), 25–30.
- Febryana, R., & Aristi, D. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Tindakan Kekerasan Dalam Pacaran Pada Siswa SMA N 16 Kota Bekasi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(03), 123–129. <https://doi.org/10.33221/jikm.v8i03.352>
- Harahap, N. (2020). *Penelitian Kualitatif* (H. Sazali (ed.); Pertam). Wal ashri Publishing.
- Hawa, A. B., Sulistyoningih, H., & Hidayani, W. R. (2022). Faktor-Faktor Terjadi Tindakan Kekerasan dalam Hubungan Remaja. *Jurnal Genesis Indonesia*, 1(02), 66–78. <https://doi.org/10.56741/jgi.v1i02.81>

- Heryana, A. (2015). Informan dan Pemilihan Informan dalam Penelitian Kualitatif. *Sistem Informasi Akuntansi: Esensi Dan Aplikasi*, 1–14.
- Hidayanti, E. (2019). Implementasi Bimbingan Dan Konseling Untuk Meningkatkan Self Esteem Pasien Penyakit Terminal Di Kelompok Dukungan Sebaya (Kds) Rsup Dr. Kariadi Semarang. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 38(1), 31. <https://doi.org/10.21580/jid.v38.1.3970>
- Huppert, F. A. (2009). Psychological Well-being: Evidence Regarding its Causes and Consequences†. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(2), 137–164. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>
- Husni, M. (2017). Layanan Konseling Individual Remaja; Pendekatan Behaviorisme. *Al-Ibrah, Vol. 2 No.*
- Jawahir, A. (2021). Metode Layanan Bimbingan Konseling Terhadap Masalah Pribadi Sosial Siswa Di Smp Negeri 2 Sedong Kabupaten Cirebon. *JIECO: Journal of Islamic Education ...*, 1(1), 57–74.
- Journal, E., Kibtiyah, M., Rokhmatika, N., & Algifahmy, A. F. (2024). *Coution : Journal of Counseling and Education Implementasi Model Konseling Komprehensif Berbasis Pesantren*. 5, 80–88.
- Kasmadi. (2018). PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUALDALAM PEMBINAAN SPRITUAL SISWA SMP NEGERI 2 BANDA ACEH. *New England Journal of Medicine*. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/7556065><http://www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=PMC394507><http://dx.doi.org/10.1016/j.humphath.2017.05.005><https://doi.org/10.1007/s00401-018-1825-z><http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27157931>
- Khaninah, A. N., & Widjanarko, M. (2016). PERILAKU AGRESIF YANG DIALAMI KORBAN KEKERASAN DALAM PACARAN Anik Nur Khaninah, Mochamad Widjanarko. *Jurnal Psikologi*, 15(2), 151–160.
- Kibtyah, M., Fatimah, S., Maulana, K. A., Author, C., & History, A. (2022). Metode Bimbingan Agama Islam bagiSantri Autis di Pondok Pesantren Al-Achsaniiyah Kudus. *Proceeding of International Conference on Islamic Guidance and Counseling*, 2, 242–259.
- Mahmud, A., & Sunarty, K. (2012). *Mengenal Teknik-teknik Bimbingan dan Konseling* (Pertama). Badan Penerbit UNM.
- Marita, V. F., & Rahmasari, D. (2021). Resiliensi Perempuan Korban Kekerasan dalam Hubungan Pacaran. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi**Penelitian Psikologi*, 8(5), 10–22.
- Mesra, E., Salmah, & Fauziah. (2014). Kekerasan dalam pacaran pada remaja putri di Tangerang. *Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 2(1), 1–8.
- Mintarsih, W. (2017). Layanan Bimbingan dan Konseling Islam Untuk Mengurangi Kecemasan Proses Persalinan. *Sawwa*, 12(2), 277–296.
- Mulawarman, P. . (2017). *Buku Ajar Pengantar Keterampilan Dasar Konseling bagi Konselor Pendidikan*.
- Muttaqin, M. A., Murtadho, A., & Umriana, A. (2017). Bimbingan Konseling Bagi Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di Lrc-Kjham Semarang. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 11(2), 177. <https://doi.org/10.21580/sa.v11i2.1454>

- Natasya, G. Y., & Susilawati, L. K. (2020). Pemaafan Pada Remaja Perempuan Yang Mengalami Kekerasan Dalam Pacaran. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(3), 169. <https://doi.org/10.24014/pib.v1i3.9913>
- Prabowo, A. (2016). KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS REMAJA DI SEKOLAH. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, Vol. 04, N, 248.
- Purnama, R. (2018). Pelaksanaan Layanan Konseling Islami Melalui Pendekatan Al-Qur'an di Lembaga Pendidikan Formal. *Jurnal Nizhamiyah*, VIII(2), 78–93.
- Putra, A. (2020). Metode Konseling Individu Dalam Mengatasi Bolos Sekolah Siswa Kelas Viii Smpn 3 Lengayang Sumatera Barat (Studi Kasus Terhadap 1 Siswa). *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 16(2), 112–126. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2019.162-01>
- Putri, A. F. (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35. <https://doi.org/10.23916/08430011>
- Qalbi, N., & Ibrahim. (2021). Senioritas dan Perilaku Kekerasan di Kalangan Mahasiswa (Studi Kasus pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Makassar). *SOCIETIES: Journal of Social Sciences and Humanities*, 1(1), 2021. <https://ojs.unm.ac.id/societies/article/view/19417>
- Rahmawati, R., & Multi Purnomo, A. (2021). *Keterkaitan Antara Komunikasi Persuasif Dan Kemampuan Pribadi Konselor P2Tp2a Dalam Layanan Konseling Pada Perempuan Korban Kekerasan the Relationship Between Instrumental Communication and Councillor Personal Ability in Counseling Services for Women Vict.* 7(2), 109.
- Rahmadani, D. T. (2022). PROSES LAYANAN KONSELING INDIVIDU DALAM MENENTUKAN JURUSAN YANG AKAN DIPILIH SESUAI DENGAN MINAT SISWA. *JUANG: Jurnal Wahana Konseling*, 5(8.5.2017), 2003–2005.
- Ramli, M., & Dkk. (2017). Bab 1 Esensi bimbingan dan konseling pada satuan jalur, dan jenjang pendidikan. *Sumber Belajar Penunjang Plpg 2017 Mata Pelajaran/Paket Keahlian Bimbingan Dan Konseling*, 1–37.
- Rini. (2021). Bentuk dan Dampak Kekerasan Dalam Berpacaran : Perspektif Perbedaan Jenis Kelamin. *Jurnal IKRAITH-HUMANIORA*, 6(74), 84–95. <http://jurnalgizi.unw.ac.id/index.php/JGK/article/download/219/175>
- Rosyid, M. (2022). Strategi Dakwah pada Komunitas Samin di Kudus. *IMEJ: Islamic Management and Empowerment Journal*, 4(1), 93–110. <https://doi.org/10.18326/imej.v4i1.93-110>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Safa'ah, S., Khasanah, Y. N., & Umriana, A. (2017). PERANAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM DALAM MENINGKATKAN MORAL NARAPIDANA ANAK: Studi pada BAPAS Kelas I Semarang. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 12(2), 207. <https://doi.org/10.21580/sa.v12i2.1709>
- Safitri, W. A., & Sama'i. (2013). Dampak Kekerasan dalam Berpacaran (The Impact of Violence in Dating). *Artikel Ilmiah Hasil Penelitian Mahasiswa UNEJ*, 1(1), 1–6.
- Sanyata, S. (2012). PARADIGMA KONSELING BERPERSPEKTIF GENDER PADA KASUS KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA. *Egalita*, 6(1), 60–70. <https://doi.org/10.18860/egalita.v0i0.1922>

- Sari, I. P. (2018). KEKERASAN DALAM HUBUNGAN PACARAN DI KALANGAN MAHASISWA : STUDI REFLEKSI PENGALAMAN PEREMPUAN. *Jurnal Dimensia*, 7(1), 64–85. file:///C:/Users/user/Downloads/21055-52405-1-PB (2).pdf
- Savitri, W. C., & Listiyandini, R. A. (2017). Mindfulness dan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 43. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1323>
- Sholikhah, R. S., & Masykur, A. M. (2020). “ATAS NAMA CINTA, KU RELA TERLUKA” (Studi Fenomenologi pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Pacaran). *Jurnal EMPATI*, 8(4), 706–716. <https://doi.org/10.14710/empati.2019.26513>
- Sugiono. (2013). Metode Penelitian Kualitatif Sugiyono. Metode Penelitian Kualitatif, 5(January).
- Sumara, D; Humaedi, S; Santoso, M. D. (2017). Kenalakan Remaja dan Penanganannya. *Penelitian & PPM*, 4(kenkalan remaja), 129–389.
- Suyanti, & Algifahmy, A. F. (2018). Konsep Pendidikan Perempuan dalam Perspektif Kiai Haji Ahmad Dahlan. *The 8th University Research Colloquium 2018 Universitas Muhammadiyah Purwokerto*, 229–238.
- Umriana, A., Fauzi, M., & Hasanah, H. (2017). Penguatan Hak Asasi Perempuan Dan Kesetaraan Gender Melalui Dialog Warga. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 12(1), 41. <https://doi.org/10.21580/sa.v12i1.1467>
- Wahyuni, D. S., Komariah, S., & Sartika, R. (2020). Analisis faktor penyebab kekerasan dalam hubungan pacaran pada mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. *Sosietas Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 10(2), 923–928. <http://ejournal.upi.edu/index.php/sosietas/>
- Wandha Kusumaning Wardani dan Chandra Dewi Puspitasari. (2019). UPAYA RIFKA ANNISA DALAM PENCEGAHAN DAN PENANGANAN KEKERASAN TERHADAP PEREMPUAN DI DIY. *Jurnal Pendidikan Kewaraganeeraan Dan Hukum*, Volume 8 N.
- WHO. (2022). World health statistics 2022 (Monitoring health of the SDGs). In Monitoring health of the SDGs. <http://apps.who.int/bookorders>
- Widyawati, S., Asih, M. K., Retno, D., & Utami, R. (2022). Studi Deskriptif: Kesejahteraan Study Descriptive: Psychological well-being of Adolescents. *Jurnal Psibernetika*, 15(1), 59–65. <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v1i5.3298>
- Willis S. Sofyan. 2007. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: CV Alfabeta

LAMPIRAN

Lampiran 1 Draft Wawancara

A. Butir Pertanyaan Staff Rifka Annisa WCC Yogyakarta

1. Bagaimana sejarah berdirinya Rifka Annisa WCC Yogyakarta?
2. Apa yang melatar belakangi didirikannya Rifka Annisa WCC Yogyakarta?
3. Apa tujuan didirikannya Rifka Annisa WCC Yogyakarta?
4. Layanan apa saja yang ada di Rifka Annisa WCC Yogyakarta?
5. Bagaimana Rifka Annisa WCC mengetahui adanya korban yang membutuhkan bantuan?
6. Berapa data kasus yang sudah ditangani Rifka Annisa WCC Yogyakarta?

B. Butir Pertanyaan Konselor Rifka Annisa WCC Yogyakarta

1. Apa saja yang harus dipersiapkan sebelum memasuki tahap awal konseling?
2. Apa saja yang dilakukan oleh konselor pada tahap awal konseling?
3. Kapan waktu yang tepat untuk melaksanakan tahap awal konseling?
4. Apa tujuan dilaksanakannya tahap awal konseling?
5. Bagaimana kondisi korban kekerasan dalam pacaran sebelum proses konseling?
6. Bagaimana proses konseling pada korban?
7. Biasanya korban melapor melalui apa?
8. Apa saja bentuk-bentuk kekerasan dalam pacaran yang ditangani Rifka Annisa WCC Yogyakarta?
9. Faktor apa yang sering menyebabkan kekerasan dalam pacaran?
10. Apa dampak korban kekerasan dalam pacaran?
11. Kekerasan apa saja yang sering terjadi pada korban kekerasan dalam pacaran?
12. Bagaimana proses pendampingan yang anda lakukan kepada korban?
13. Apa saja faktor pendukung layanan konseling individual dalam mengatasi trauma korban?
14. Apa saja faktor penghambat layanan konseling individual dalam mengatasi trauma korban?
15. Apa kendala konselor dalam proses pelaksanaan konseling individu?
16. Bagaimana kondisi korban setelah melalui proses konseling di Rifka Annisa WCC Yogyakarta?

C. Butir Pertanyaan Wawancara Korban

1. Bagaimana perasaan anda saat ini?
2. Apa yang anda rasakan mengenai kejadian yang anda alami?
3. Bagaimana anda tahu tentang Rifka Annisa WCC Yogyakarta?
4. Seberapa sering Anda melakukan konseling dengan konselor di sini?
5. Apa yang Anda harapkan dari adanya layanan konseling individual?
6. Apakah proses konseling individual dapat membantu mengatasi masalah yang Anda hadapi?
7. Bagaimana perasaan anda setelah melakukan konseling?

Lampiran 2. Surat Izin Riset



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jl. Prof. Dr. H. Hamka Semarang 50185
Telepon (024) 7606405, Faksimili (024) 7606405, Website: www.fakdabom.walisongo.ac.id

Nomor : 1273/Un 10 4/K/KM 05.01/11/2023
Hal : **Permohonan Ijin Riset**

Semarang, 5/11/2023

Kepada Yth.
Kepala Lembaga Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta
di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang menerangkan bahwa dalam rangka penyusunan skripsi, mahasiswa berikut:

Nama : Nila Dati Saidati
NIM : 2001016033
Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam
Lokasi Penelitian : Yogyakarta
Judul Skripsi : Konseling Individu Dalam Membentuk Kesejahteraan Psikologis Pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Pacaran (Studi Kasus di Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta)

Bermaksud melakukan Riset penggalan data di tempat penelitian pada instansi yang Bapak/Ibu pimpin. Sehubungan dengan itu kami mohonkan ijin bagi yang bersangkutan untuk melakukan kegiatan dimaksud.

Demikian atas perhatian dan bantuannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Dekan,
Kepala Bagian Tata Usaha

MUNTOHA

Tembusan Yth. :
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang

Lampiran 3. Surat Balasan Riset



Jalan Diponegoro No. 69A Yogyakarta
Kode Pos: 55141
Telp: (0271) 8511111
www.rifkaannisa.org

Yogyakarta, 05 Desember 2023

No : 02/S.Ket/RA/XII/2023
Lamp : -
Hal : Surat Keterangan Penelitian

**Kepada : Yth. Dekan Fakultas Dakwah
UIN WALISONGO SEMARANG
Di Tempat**

Dengan hormat,

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dewi Julianti, SH.
Jabatan : HUMAS Rifka Annisa WCC
Alamat : Jl. Jambon IV No. 69A, Perum Jatimulyo Indah Yogyakarta

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Nila Dati Saidati
NIM : 2001016033
Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Fakultas : Dakwah
Perguruan tinggi : UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
Judul Penelitian : Konseling Individu Dalam Membentuk Kesejahteraan Psikologis Pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Pacaran

Telah melaksanakan penelitian berupa wawancara dan studi data di Rifka Annisa WCC pada 05 Desember 2023 dengan Konselor Psikologi Sdri Amalia Rizkyarini, S.Psi.

Demikian surat ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Hormat Kami

Dewi Julianti, SH
HUMAS RIFKA ANNISA

Lampiran 4 Foto Kegiatan

FOTO KEGIATAN



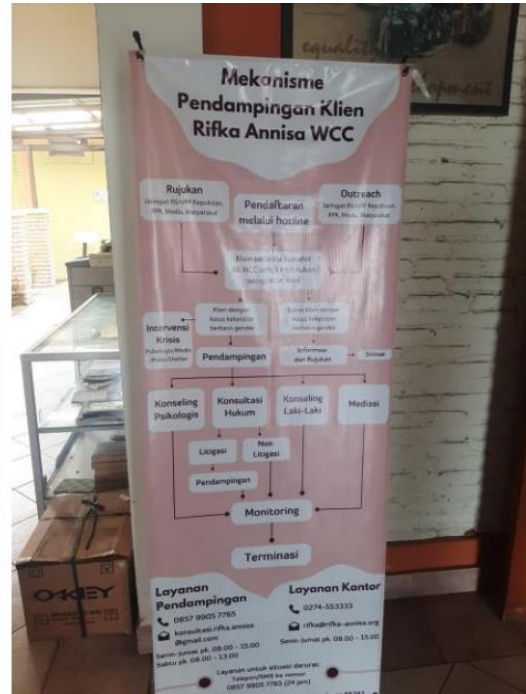
Foto di Halaman Kantor Rifka Annisa WCC Yogyakarta



Halaman depan kantor Rifka Annisa WCC Yogyakarta



Foto bersama konselor Lia



Mekanisme Pendampingan Rifka Annisa WCC Yogyakarta



Rapat Perencanaan Tahunan Yayasan Rifka Annisa WCC Yogyakarta



Kunjungan Delegasi Protokoler Jerman



Rapat Koordinasi Penguatan Sistem Pencegahan dan Penanganan Kekerasan Terhadap Perempuan di DIY

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

Nama : Nila Dati Saidati
Tempat, Tanggal lahir : Demak, 20 Desember 2001
NIM : 2001016033
Alamat Rumah : Desa Gajah, Jl. Elang No 45a RT/RW 05/02 Gajah,
Demak
Email : nila_dati_saidati_200101033@walisongo.ac.id

B. Riwayat Pendidikan

1. **SDIT Az-Zahra Demak** : Lulusan Tahun 2014
2. **SMPIT Az-Zahra Demak** : Lulusan Tahun 2017
3. **MA Nurul Islam Tenganan Slatiga** : Lulusan Tahun 2020
4. **UIN Walisongo Semarang** : 2020-Sekarang

C. Orangtua/Wali

1. **Nama Ayah** : Bapak Achmad Machrusun
2. **Nama Ibu** : Ibu Evy Shofiana