

**KONSELING KELOMPOK UNTUK MEMBENTUK
KEPERCAYAAN DIRI PADA PEREMPUAN KORBAN KDRT
DI LRC-KJHAM SEMARANG**

SKRIPSI

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



Oleh :

Annasha Qadrian

2001016068

**BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS DAKWA DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG**

2024

NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING



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.fakdakom.walisongo.ac.id

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Lamp : 5 (Lima) Ekslembar
Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

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

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

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

Nama : Annasha Qadrian
NIM : 2001016068
Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam
Judul Skripsi : Konseling Kelompok Untuk Membentuk kepercayaan Diri Pada Perempuan Korban KDRT di Lre-Kjham

Telah disetujui dan oleh karenanya mohon untuk segera diujikan. Atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 13 September 2024

Pembimbing

Hj. Witavati Mintarsih, M.Pd.

NIP: 196909012005012001

PENGESAHAN SKRIPSI

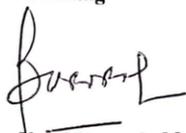
PENGESAHAN SKRIPSI
KONSELING KELOMPOK UNTUK MEMBENTUK KEPERCAYAAN DIRI PADA
PEREMPUAN KORBAN KDRT DI LRC-KJHAM SEMARANG

Oleh :
Annasha Qadrian
2001016068

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada Selasa, 24 September 2024 dan dinyatakan lulus memenuhi syarat guna memperoleh gelar sarjana sosial (S.Sos).

Susunan Dewan Penguji

Ketua Sidang



Dr. Umul Baroroh, M.Ag.
NIP. 196605081991012001

Sekretaris Sidang



Widayat Mintarsih, M.Pd.
NIP. 196909012005012001

Penguji I



Dr. Ema Hidayanti, S.Sos.I,M.S.I
NIP. 198203072007102001

Penguji II



Namira Choirani Fajri, M.Hum
NIP. 199506172020122011

Mengetahui,
Pembimbing



Widayat Mintarsih, M.Pd.
NIP. 196909012005012001

Disahkan oleh
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Pada tanggal 24-10-2024



PERNYATAAN

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan, dibawah ini:

Nama : Annasha Qadrian

NIM : 2001016068

Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Dengan ini saya menyatakan bahwa, skripsi saya dengan judul “Konseling Kelompok Untuk Membentuk Kepercayaan Diri Pada Perempuan Korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang” adalah murni hasil karya saya sendiri dan didalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi di lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum/ tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan didalam tulisan dan daftar Pustaka.

Semarang, 13 September 2024



Annasha Qadrian

NIM: 2001016068

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Puji syukur kehadirat Allah Swt. yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Shalawat serta salam penulis sanjungkan kepada junjungan kita Nabi Agung Muhammad Saw. serta segenap keluarga dan sahabatnya, yang membawa kita dari zaman jahiliyah sampai menuju zaman Islamiyah, semoga kita senantiasa mendapatkan keberkahan beliau dan diakui sebagai ummat Nabi Muhammad saw kelak diyaumul akhir. Aamiin.

Skripsi yang berjudul **Konseling Kelompok untuk Membentuk Kepercayaan Diri pada Perempuan Korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang**, ini telah selesai dan memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Starta satu (S.1) Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Syukur Alhamdulillah dengan perjuangan dan kesabaran penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Hal ini tentu saja berkat banyaknya dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Nizar, M. Ag., selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
2. Bapak Prof. Dr. Moh Fauzi, M. Ag., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
3. Ibu Dr. Ema Hidayanti, S. Sos.I., M.S.I. selaku ketua Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
4. Ibu Hj. Widayat Mintarsih, M. Pd., selaku sekretaris Jurusan dan selaku dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Abdul Karim, M. Si. selaku dosen wali yang telah bersedia meluangkan waktu tenaga dan pikiran dalam memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.

6. Bapak dan Ibu Dosen beserta staf karyawan civitas akademik Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang yang telah membantu kelancaran skripsi ini.
7. Mba Witi Muntari, M. Pd., selaku Kepala Internal di Lrc-Kjham Semarang, yang bersedia meluangkan waktunya membantu pelaksanaan penelitian ini.
8. Mba Nihayatul Mukharomah, S.H, M.H. selaku Kepala Operasional di Lrc-Kjham Semarang, yang bersedia meluangkan waktunya untuk diwawancarai dan membantu pelaksanaan penelitian ini.
9. Mba Nia Lishayati selaku Staf divisi bantuan hukum sekaligus konselor di Lrc-Kjham Semarang, yang bersedia meluangkan waktunya untuk diwawancarai dan membantu pelaksanaan penelitian ini.
10. Mba Dhani Tri R, S. Kom. selaku Staf administrasi di Lrc-Kjham Semarang, yang bersedia meluangkan waktunya dan membantu pelaksanaan penelitian ini.
11. Segenap keluar besar Lrc-Kjham Semarang yang telah memberikan izin penelitian dan memberikan informasi data yang penulis butuhkan, serta korban kekerasan dalam rumah tangga yang berkenan memberikan informasi dan terimakasih telah menjadi sumber inspirasi.
12. Klien yang membantu dalam proses penelitian
13. Kedua orang tua saya yang tercinta, Bapak Muhamad Jajuli, Ibu Ung Kurnia S.Pd. AUD, dan adik saya Denita Hasna Mahira yang telah mencurahkan rasa kasih sayang, cinta lewat bentuk dukungan baik moril maupun materil dengan tulus sepenuh hati serta tidak lupa juga doa-doa yang diberikan untuk penulis.
14. Nenek saya tercinta Suhaenah, dan ibu Nengsih yang selalu memberikan dukungan dan do'a tiada terputus serta kasih sayang yang tulus kepada saya sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
15. Sahabat saya Amalia Fauziah dan Raudhotul Janah, S.Sos, yang senantiasa selalu *support*, memberikan do'a , menghibur, selalu bersedia menjadi tempat keluh kesah, selalu meluangkan waktunya untuk *healing* bersama, dan saling memberikan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.

16. Teman-teman BPI-C 2020 yang telah saling mendukung dan berbagi pengalaman selama perkuliahan hingga proses penulisan skripsi ini.
17. Dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu tanpa maksud untuk melupakan yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Alhamdulillah berkat doa dan dukungan mereka, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Semoga Allah Swt. membalas kebaikan dan pengorbanan mereka dengan sebaik-baiknya. Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini belum sempurna, oleh karena itu kritik dan saran sangat penulis harapkan. Dengan kerendahan dan ketulusan hati penulis meminta maaf atas kesalahan yang ditemukan dalam skripsi ini, karena kesempurnaan ini senantiasa hanya milik Allah dan kekurangan milik hambanya. Semoga skripsi ini bisa bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi pembaca pada umumnya. Aamiin

Semarang, 18 Juli 2024

Penulis,

Annasha Qadrian

NIM : 2001016068

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'alamin, dengan mengucapkan syukur kepada Allah Swt. skripsi ini dapat terselesaikan dengan banyak rintangan dan ujian yang penulis hadapi saat penyusunan skripsi ini. Tetapi dengan penuh harap dan semangat akhirnya akhirnya mampu menyelesaikan skripsi ini. Tak lupa skripsi ini penulis persembahkan kepada :

1. Orang tua tercinta, Bapak Muhamad Jajuli dan Ibu Uung Kurnia S.Pd. AUD, yang telah membesarkan anak-anaknya, selalu menghibur dan mendo'akan kapanpun dan dimanapun penulis berada, yang selalu berjuang memenuhi kebutuhan penulis, yang telah mendidik dan menjadi penyemangat hidup bagi penulis. Terimakasih atas segala doa, dan dukungan yang beliau berdua berikan kepada penulis karena dengan itu penulis dapat mencapai dan selesai kuliah di kampus Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang.
2. Almamater tercinta, jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu dan memperluas pengetahuan dan study di kampus tercinta. Semoga karya ini menjadi bukti pengabdian dan bukti cinta terhadap almamater.

Semoga kebaikan mereka dibalas oleh Allah Swt. sekaligus sebagai lading amal ibadah telah memberikan dukungan dan kebaikan kepada penulis. Semoga Allah Swt. memberikan kemudahan bagi setiap urusan mereka. Aamiin

MOTTO

وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ ۚ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ ۗ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ ۗ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا

“dan Dia memberinya rezeki dari arah yang tidak disangka-sangkanya. Dan barangsiapa bertawakal kepada Allah, niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan)nya. Sesungguhnya Allah melaksanakan urusan-Nya. Sungguh, Allah telah mengadakan ketentuan bagi setiap sesuatu.

(Qs. At-Thalaq : 03)

ABSTRAK

Annasha Qadrian (2001016068), Konseling Kelompok untuk Membentuk Kepercayaan Diri Perempuan Korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang.

Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) merupakan fenomena yang banyak terjadi pada perempuan. Kekerasan tersebut terjadi dikarenakan faktor ekonomi, perselingkuhan, dan ketimpangan gender. Dampak yang ditimbulkan di antaranya luka secara fisik, depresi, trauma, merasa tidak berharga, hingga menurunnya rasa percaya diri. Kurangnya rasa percaya diri pada perempuan korban kdrt, perlu diberi dorongan dan bantuan. Salah satu upaya yang dilakukan melalui proses konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri pada perempuan korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang. Melalui proses konseling kelompok tersebut para individu (korban) tidak merasa sendiri dan sadar bahwa mereka secara bersama dapat berjuang untuk mengatasi masalah yang dialami.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan proses konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri perempuan korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang. Metode penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data berupa wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik validitas data meliputi triangulasi sumber dan triangulasi teknik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri pada perempuan korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang melalui empat tahapan yaitu, tahap pembentukkan, meliputi pembentukkan kelompok, menumbuhkan suasana kelompok, mengungkapkan tujuan dan harapan, serta adanya kontrak perjanjian. Tahap peralihan meliputi meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota dan membahas agenda atau tema yang akan dilakukan. Tahap kegiatan, meliputi menyampaikan masalah pribadi, saling memberi tanggapan, dan menentukan bantuan yang akan diberikan. Teknik yang digunakan ialah teknik bercerita, permainan kelompok, membaca puisi, menulis dan kreativitas drama. Tahap akhir, meliputi memberikan kesimpulan dari hasil kegiatan, mengemukakan kesan dan harapan, serta berdiskusi terkait agenda untuk pertemuan selanjutnya. Hasil proses konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri pada perempuan korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang menunjukkan bahwa melalui konseling kelompok korban lebih termotivasi untuk mengungkapkan pendapat, mengambil keputusan positif, serta mengembangkan kepercayaan diri yang lebih kuat. Proses ini juga mendorong mereka merencanakan masa depan yang lebih baik, keluar dari hubungan yang berbahaya, dan mencari peluang baru. Selain itu, mereka belajar strategi koping yang sehat dan memperbaiki kemampuan sosial, seperti kerja sama, empati, dan kemampuan berkomunikasi. Dukungan komunitas terbukti berperan penting dalam pemulihan psikologis dan pengembangan pribadi, sehingga konseling kelompok menjadi alat yang ampuh dalam membantu korban KDRT membangun kembali kehidupan mereka.

Kata Kunci : Konseling Kelompok, Kepercayaan Diri, Kekerasan Dalam Rumah Tangga

DAFTAR ISI

NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR	v
PERSEMBAHAN	viii
MOTTO	ix
ABSTRAK	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian	10
E. Tinjauan Pustaka	10
F. Metode Penelitian	15
G. Sistematika Penulisan	25
BAB II KERANGKA TEORI	27
A. Konseling Kelompok	27
1. Pengertian Konseling Kelompok	27
2. Tujuan Konseling Kelompok	32
3. Asas-Asas Dalam Konseling	34
4. Proses Layanan Konseling Kelompok	37
B. Kepercayaan Diri	43
1. Pengertian Kepercayaan Diri	43
2. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri	44
3. Ciri-ciri individu yang memiliki kepercayaan diri	46
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri	48
C. Kekerasan Dalam Rumah Tangga	50
1. Pengertian Kekerasan Dalam Rumah Tangga	50
2. Bentuk-Bentuk Kekerasan Dalam Rumah Tangga	52
3. Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya KDRT	55

4. Dampak Kekerasan Dalam Rumah Tangga.....	57
D. Urgensi Konseling Kelompok Untuk Membentuk Kepercayaan Diri Pada Perempuan Korban KDRT.....	60
BAB III GAMBARAN UMUM DAN HASIL PENELITIAN.....	64
A. Gambaran Umum Lembaga <i>Legal Resource Center</i> – Keadilan Jender dan Hak Asasi Manusia (Lrc-Kjham) Semarang.....	64
1. Sejarah dan Perkembangan	64
2. Tujuan	65
3. Visi dan Misi Lrc-Kjham Semarang.....	66
4. Program Kerja	66
5. Struktur Organisasi Lrc-Kjham Tahun 2022-2024	67
6. Divisi-Divisi.....	67
B. Proses Konseling Kelompok Untuk Membentuk Kepercayaan Diri Perempuan Korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang	71
1. Ciri-Ciri Individu Yang Memiliki Kepercayaan Diri	71
2. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri.....	76
3. Tahapan Proses Konseling Kelompok.....	76
BAB IV ANALISIS HASIL PEMBAHASAN	101
A. Analisis Proses Konseling Kelompok Untuk Membentuk Kepercayaan Diri Perempuan Korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang	101
1. Analisis Ciri-Ciri Individu Yang Memiliki Kepercayaan Diri.....	101
2. Analisis Aspek-Aspek Kepercayaan Diri.....	105
3. Analisis Tahapan Proses Konseling Kelompok	120
4. Analisis Proses Konseling Kelompok untuk Membentuk Kepercayaan Diri Pada Perempuan Korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang	127
BAB V PENUTUP.....	129
A. Kesimpulan	129
B. Saran.....	130
C. Penutup.....	130
DAFTAR PUSTAKA	132
LAMPIRAN.....	140
RIWAYAT HIDUP	147

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Struktur Organisasi Lrc-Kjham Semarang Tahun 2022-2024	67
Tabel 2. Kondisi Kepercayaan Diri Mitra AL Sebelum dan Sesudah Mengikuti Proses Konseling Kelompok di Lrc-Kjham Semarang	115
Tabel 3. Kondisi Kepercayaan Diri Mitra RI Sebelum dan Sesudah Mengikuti Proses Konseling Kelompok di Lrc-Kjham Semarang	117
Tabel 4. Kondisi Kepercayaan Diri Mitra RH Sebelum dan Sesudah Mengikuti Proses Konseling Kelompok di Lrc-Kjham Semarang	118
Tabel 5. Kondisi Kepercayaan Diri Mitra AL Sebelum dan Sesudah Mengikuti Proses Konseling Kelompok di Lrc-Kjham Semarang	119

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Transkrip Wawancara	141
Lampiran 2. Surat-Surat	143
Lampiran 3. Dokumentasi.....	146

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pernikahan merupakan ikatan lahir dan batin antara laki-laki dan perempuan untuk menjadi sepasang suami istri dengan tujuan untuk membangun rumah tangga yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa.¹ Pernikahan juga merupakan proses menyatukan dua orang untuk berkomitmen satu sama lain dan membangun rumah tangga. Sejatinnya setiap keluarga ingin mewujudkan keluarga yang harmonis, bahagia, dan saling mencintai baik lahir maupun batin, dengan kata lain sering disebut sebagai keluarga *sakinah mawaddah warahmah*.² Pasangan yang menikah akan hidup bahagia dalam pernikahan mereka jika diantara mereka memiliki perasaan saling mencintai, saling menghormati, saling menghargai, saling memberikan kasih sayang, juga adanya kebersamaan dan pengorbanan untuk satu sama lain berserta keluarga mereka.

Apabila dalam suatu rumah tangga tidak lagi ada rasa saling kasih serta sayang, antara suami dan istri tidak ingin berbagi suka serta duka, sehingga berarti tujuan berumah tangga tidak sempurna.³ Pernikahan itu terdiri dari dua individu, maka adanya kemungkinan bahwa tujuan mereka itu tidak sama dan tentunya akan menimbulkan suatu konflik dalam rumah tangga. Dengan demikian salah satu permasalahan yang munculnya ialah adanya tindak kekerasan yang dialami oleh perempuan. Tindak kekerasan yang paling banyak terjadidalam masyarakat, terutama di Indonesia adalah tindakan Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT). Perempuan pada umumnya cenderung lebih banyak menjadi korban dari pada sebagai

¹ Pasal 1 Undang-Undang No.1 Tahun 1974 Tentang Perkawinan.

² Asman, “*Keluarga Sakinah Dalam Kajian Hukum Islam*”, Al-Qadha : Jurnal Hukum Islam dan Perundang-Undangan, Vol. 7, No. 2, 2022, hlm. 101

³ Ridwana Almamuda, “*Tinjauan Hukum Islam Terhadap Upaya Mewujudkan Keluarga Sakinah Bagi Suami Istri Yang Belum Memiliki Keturunan Di Desa Lereng Kecamatan Kuok*”, Skripsi (UIN Sultan Syarif Kasim: Riau, 2022) hlm. 2

pelaku, dan sebaliknya laki-laki lebih banyak menjadi pelaku dari pada sebagai korban kekerasan bila ditinjau dari kekuatan fisik, ekonomi, status sosial yang telah terkonstruksi secara kultural.⁴

Manusia pada dasarnya ialah makhluk sosial yang selalu membutuhkan orang lain dalam kehidupannya. Maka untuk membagi kedekatan emosional dan fisik serta berbagai macam tugas dan sumber-sumber ekonomi melalui komitmen emosional dan hukum dari dua orang ialah dengan melakukan sebuah pernikahan. Menurut Hurlock pada masa dewasa madya pernikahan menjadi salah satu tugas perkembangan yang harus dilalui, yaitu individu yang berada pada usia 40-60 tahun. Wanita pada masa dewasa madya memiliki tugas yang diantaranya mencapai tanggung jawab sosial dan dewasa sebagai warga Negara, membantu anak-anak remaja belajar untuk menjadi orang dewasa yang bertanggung jawab dan bahagia, mengembangkan kegiatan-kegiatan pengisi waktu senggang untuk orang dewasa.⁵

Permasalahan yang umumnya terjadi pada masa dewasa madya yaitu, perkembangan fisik menurunnya penampilan serta permasalahan pada pengembangan kognitif, seperti penurunan memori ingatan dan permasalahan pengembangan sosial emosi. Bagi seorang pria yang memasuki fase ini mengalami ketidakstabilan emosi. Terkadang gembira, bersemangat, kadang murung, tidak mau diajak bicara, keadaan disepertarnya seakan tawar, sehingga mereka mengeluh dalam banyak hal, masalah anak, pekerjaan. Bagi seorang wanita dewasa madya sering mengalami kecemasan dan ketakutan kehilangan suaminya, kesepian dan kadang-kadang kemarahan. Permasalahan dalam masa dewasa madya sejalan dengan permasalahan yang terjadi dalam rumah tangga. Ketidakstabilan emosi dapat mempengaruhi seseorang untuk melakukan

⁴ Tri Ariany, "*Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Kekerasan Terhadap Anak Oleh Orang Tua Dalam Rumah Tangga Di Tinjau Dari Kriminologi Di Kota Pontianak*", Skripsi (Fakultas Hukum Universitas Tanjung Pura, 2013) hlm. 13

⁵ Elizabeth Hurlock, *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta : Erlangga, 2017), hlm. 325

tindakan kejahatan seperti kekerasan dalam rumah tangga.⁶

Menurut laporan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA), jumlah kasus kekerasan di tanah air mencapai 27.589 kasus dengan rincian 4.634 korban laki-laki (20,1 persen) dan 25.050 korban perempuan (79,9 persen). Adapun, data tersebut diinput secara *real-time* dari periode awal Januari – akhir Desember 2023. Mengutip pada Catatan Tahunan (Catahu) periode tahun 2022 oleh Komnas Perempuan, jumlah kasus kekerasan berbasis gender terhadap perempuan (KBGTP) sepanjang tahun 2021 mencapai 338.496 kasus, naik dari 226.062 pada tahun 2020. Pada tahun 2022 tercatat 457.895 kasus dan tahun 2023 tercatat 401.975 kasus. Berdasarkan laporan KemenPPPA, rumah tangga menjadi lokasi kejadian yang paling banyak terjadi kekerasan. Sepanjang tahun 2022, KemenPPPA menerima sebanyak 16.899 aduan kekerasan rumah tangga. Lalu, jumlah korban KDRT pada 2022 pun mencapai 18.142 korban.⁷

Kekerasan dalam rumah tangga merupakan fakta sosial yang bersifat universal karena dapat terjadi dalam sebuah rumah tangga tanpa pembedaan budaya, agama, suku bangsa, dan umur pelaku maupun korbannya. Karena itu, ia dapat terjadi dalam rumah tangga keluarga sederhana, miskin dan terbelakang maupun rumah tangga keluarga kaya, terdidik, terkenal, dan terpandang.⁸ Tindak kekerasan ini dapat dilakukan oleh suami atau istri terhadap pasangan masing-masing, atau terhadap anak-anak, anggota keluarga yang lain, dan terhadap pembantu mereka secara berlainan maupun bersamaan. Islam merupakan agama perdamaian dan kasih sayang, sehingga menolak segala bentuk kezaliman dan penindasan terhadap siapa saja termasuklah terhadap perempuan. Baik

⁶ Alifia Ulie M.H, Eri Elamwati, “*Gambaran Proses Self-Acceptent Pada Wanita Dewasa Yang Mengalami Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)*”, Jurnal Ilmiah Psikologi, Vol. 14, No.1, 2023, hlm. 83

⁷ <https://kekerasan.kemenpppa.go.id/ringkasan>

⁸ Mohammad ‘Azzam Manan, “*Kekerasan Dalam Rumah Tangga Dalam Perspektif Sosiologis*”, Jurnal Legilasi Indonesia, Vol. 5, No. 3, 2018, hlm. 11

menurut ajaran agama maupun logika, tidak ada alasan yang bisa dibenarkan untuk melakukan tindakan kekerasan terhadap perempuan. Sebagaimana yang tercantum dalam QS. An-Nisa ayat 34:⁹

الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ
فَالصَّالِحَاتُ قَنَاطٌ حَافِظَاتٌ لِّلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ وَالَّتِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ
وَاهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَاضْرِبُوهُنَّ فَإِنِ اطَّعْتُمْ فَلَا تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلًا إِنَّ اللَّهَ
كَانَ عَلِيمًا كَبِيرًا

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

Berdasarkan ayat di atas dijelaskan bahwa kaum laki-laki adalah pemimpin, pemelihara, pembela dan pemberi nafkah, bertanggung jawab penuh terhadap kaum perempuan yang menjadi istri dan yang menjadi keluarganya. Oleh karena itu, wajib bagi setiap istri menaati suaminya selama suami tidak durhaka kepada Allah. Apabila suami tidak memenuhi kewajiban dan tanggung jawabnya, maka istri berhak mengadukannya kepada hakim yang berwenang menyelesaikan masalahnya. Pada ayat ini pula membolehkan seorang suami memukul istrinya yang tidak taat kepadanya, dengan tujuan mendidik dan mengingatkan. Jika seorang istri tidak taat terhadap suami (nusyuz) dan meninggalkan kewajibannya sebagai seorang istri maka seharusnya suami menasihatinya dengan baik.

⁹ Departemen Agama, *Al-Quran dan Terjemah Special For Woman* (Bandung : Sygma Examedia Arkanleema, 2007)

Jika nasihat itu tidak berhasil, maka suami mencoba berpisah tempat tidur dengan istrinya, dan kalau tidak berubah juga barulah memukulnya dengan pukulan yang enteng yang tidak mengenai muka dan tidak meninggalkan bekas.¹⁰ Para suami diberi peringatan, bila istri sudah kembali taat kepadanya, jangan lagi suami mencari-cari jalan untuk menyusahkan istrinya, seperti membongkar-bongkar kesalahan-kesalahan yang sudah lalu, tetapi bukalah lembaran hidup baru yang mesra dan melupakan hal-hal yang sudah lalu.

Kekerasan dalam Rumah Tangga atau KDRT, sebagaimana dikemukakan dalam Pasal 1 UU Nomor 23 tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan dalam Rumah Tangga (UU PKDRT) adalah setiap perbuatan terhadap seseorang terutama perempuan, yang berakibat timbulnya kematian atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, dan penelantaran rumah tangga termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dalam lingkup rumah tangga.¹¹

Perempuan yang mengalami kekerasan akan merasa rendah diri, cemas, penuh rasa takut, sedih, putus asa, dan terlihat lebih tua dari usianya. Mereka juga sering mengalami sakit kepala, kesulitan tidur, mengeluh nyeri perut yang tidak jelas sumbernya, dan menginginkan tanpa alasan. Kekerasan terhadap istri menimbulkan dampak yang merugikan. Kekerasan terhadap perempuan dapat menyebabkan sakit fisik, tekanan mental, kehilangan rasa percaya diri, rasa tidak berdaya, ketergantungan pada suami yang menyiksa dirinya, stres pasca trauma, depresi, dan keinginan untuk bunuh diri.¹²

¹⁰ Ahmad Nabil Atoillah, Desi Nurjanah, Fidya Rahma Insani, "*Istri Nusyûz dalam Pandangan Ulama Pedesaan*", Jurnal Istinbath, Vol. 16, No. 2, 2021, hlm. 192

¹¹ Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004 Pasal 1, <https://ditjenpp.kemenkumham.go.id> diakses Selasa, 05 September 2023

¹² Emis Sutrisminah, "*Dampak Kekerasan Pada Istri Dalam Rumah Tangga Terhadap Kesehatan Reproduksi*." Jurnal Unissula. Vol.50, No.127 Tahun 2012, hlm 1

Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) menjadi isu penting dalam beberapa dekade terakhir ini, dilatar belakangi oleh semakin meningkatnya kasus KDRT di dunia dan buruknya efek yang ditimbulkan terhadap perempuan dan anak-anak.¹³ Pada tahun 2019 telah tercatat 1.031 kasus kekerasan terhadap perempuan di Jawa Tengah. Sementara pada tahun 2020, tercatat 809 kasus, pada tahun 2021 tercatat 945 kasus, pada tahun 2022 berjumlah 939 kasus, dan tahun 2023 berjumlah 955 kasus kekerasan terhadap Perempuan di Provinsi Jawa Tengah.¹⁴ Dengan demikian kasus kekerasan terhadap perempuan yang terjadi di Jawa Tengah dari tahun 2019-2023, menunjukkan angka yang cukup tinggi yakni pada tahun 2019. Berdasarkan hasil wawancara kasus KDRT yang tercatat oleh Lrc-Kjham pada tahun 2018, terdapat 72 kasus. Sementara pada tahun 2019 tercatat 39 kasus KDRT, tahun 2020 tercatat 33 kasus KDRT, tahun 2021 tercatat 30 kasus KDRT, tahun 2022 tercatat 37 kasus, tahun 2023 tercatat 35 kasus, dan tahun 2024 sampai bulan Juli tercatat 10 kasus.¹⁵

Salah satu cara untuk menghapus tindak kekerasan dalam rumah tangga yang terjadi, Pemerintah Kota Semarang melakukan upaya perlindungan dan pendampingan terhadap korban yang menjadi korban. Agar upaya tersebut dijalankan menyeluruh sampai ke tingkat masyarakat yang paling bawah, Pemerintah Kota Semarang menjalinkerja sama dengan LSM/NGO yang peduli pada perwujudan keadilan dan kesetaraan gender, salah satunya *Legal Resource Center – Keadilan Jender dan Hak Asasi Manusia (Lrc-Kjham)*. Lrc-Kjham berdiri untuk memajukan nilai dan prinsip keadilan jender dalam proses perumusan dalam kebijakan dan selalu bekerja untuk membangun, melindungi dan meningkatkan hak asasi perempuan. Lrc-Kjham menyelenggarakan konseling kelompok sebagai salah satu upaya pencegahan tindak kekerasan dalam rumah tangga dan

¹³ Silfia Hanani, “Mengatasi Kekerasan dalam Rumah tangga Melalui Institusi Adat Minang Kabau (Suatu upaya Dalam mewujudkan Kesejahteraan Berbasis Perspektif Lopklitas Religius)”, AICIS Conference Proceeding, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2013, 1.

¹⁴ Data Kekerasan Perempuan & Anak Provinsi Jawa Tengah 2019-2023

¹⁵ Wawancara dengan Citra Ayu Kurniawati (Staf Data), tanggal 08 November 2023 via media whatsapp

wadah pemulihan bagi para korban.

Pelaksanaan konseling kelompok di Lrc-Kjham Semarang dengan tujuan membantu menyelesaikan masalah sekelompok korban kekerasan memiliki keterkaitan dengan tujuan bimbingan konseling Islam. Terutama dalam hal tujuan yaitu sama-sama ingin mencapai kebaikan dunia dan akhirat dan mereka membutuhkan pembimbing atau konselor untuk membantu atau mendorong mereka untuk menyelesaikan masalah mereka. Selain itu, keterkaitan juga terletak pada pelaksanaan dakwah. Metode dakwah saat ini sudah mengalami telah perkembangan, tidak hanya fokus pada ceramah saja tetapi cenderung pada penyelesaian masalah, konsultasi pribadi maupun kelompok, tanya jawab, dan penjelasan yang rinci tentang pertanyaan mad'u atau klien.¹⁶ Melihat kondisi tersebut disinilah letak penerapan konseling. Mengapa dikatakan demikian, dikarenakan konseling itu lebih cenderung kepada proses pemecahan masalah terhadap klien dengan memperhatikan psikologis klien tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu staf yang ada di Lrc-Kjham, beberapa korban KDRT yang ditangani oleh Lrc-Kjham mengalami dampak kekerasan lebih dari satu, yakni dampak secara fisik yang dialami korban seperti bibir berdarah, lebam, telinga berdarah, luka bakar akibat sundutan rokok, serta memar akibat pukulan dan tonjokan. Dampak secara psikis misalnya marah, merasa bersalah, malu, merasa tidak percaya diri dan terhina.¹⁷ Dampak tersebut dapat menyebabkan terjadinya insomnia (kesulitan tidur) ataupun *lost appetite* (kehilangan nafsu makan). Adanya pergolakan batin antara penderitaan dengan keinginan untuk mempertahankan rumah tangga itu menyebabkan timbulnya perasaan rendah diri dan tidak percaya diri selalu menyalahkan diri sendiri, mengalami gangguan fertilitas (kesuburan) seta gangguan

¹⁶ Yusrain, "Dakwah Berbasih Konseling Islam" dalam Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, Vol. 10, No.01, 2020, hlm. 45

¹⁷ Wawancara dengan Citra Ayu Kurniawati (Staf Data), tanggal 27 Februari 2024 via media whatsapp

siklus haid karena jiwanya tertekan. Hal tersebut juga bisa terjadi pada saat kegiatan konseling berlangsung, seperti mereka malu atau tidak berani untuk mengungkapkan pendapat dan beberapa korban juga belum bisa beradaptasi dengan lingkungan, mereka hanya akan akrab dengan pendampingnya saja.¹⁸

Berdasarkan fenomena yang ada di Lrc-Kjham terdapat berbagai macam permasalahan terkait kekerasan terhadap perempuan, salah satunya Lrc-Kjham membantu dalam mengatasi kekerasan terhadap perempuan yang menjadi korban kekerasan dalam rumah tangga. Untuk mengatasi kasus kekerasan dalam rumah tangga, Lrc-Kjham menyediakan media konseling kelompok bagi sesama korban KDRT untuk saling menguatkan bahwa mereka tidak sendiri dan saling berdiskusi atas pengalaman permasalahan yang dialami juga saling memberikan pengertian, perhatian satu sama lain yang bertujuan untuk menumbuhkan kepercayaan diri anggotanya.

Menurut Brammer (1979) dikutip oleh Ulin Nihayah konseling adalah suatu kegiatan yang telah berlangsung dan menghasilkan sebuah arti bagi seseorang yang melakukan konseling yaitu konselor dan klien.¹⁹ Konseling kelompok di Lrc-Kjham merupakan wadah perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga untuk bertemu tiap bulannya, untuk saling berdiskusi, berempati, menolong, serta saling menguatkan kondisi setiap anggotanya.²⁰ Menurut Prayitno konseling kelompok memiliki tujuan berkembangnya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap terarah kepada tingkah laku khususnya bersosialisasi dan komunikasi dan terpecahnya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya imbas cara pemecahan masalah tersebut dari individu-individu lain yang menjadi

¹⁸ Wawancara dengan Citra Ayu Kurniawati (Staf Data), tanggal 27 Februari 2024 via media whatsapp

¹⁹ Ulin Nihayah, dkk, "*The Academic Anxiety of Student in Pandemic Era*", Jurnal Advanced Guidance and Counseling Vol.2 No.1, 2021, hlm.49

²⁰ Wawancara dengan Citra Ayu Kurniawati (Staf Data), tanggal 27 Februari 2024 via media whatsapp

anggota konseling kelompok.²¹ Melalui konseling kelompok diharapkan para individu mampu menyadari bahwa ia tidak sendiri dan mereka secara bersama dapat berjuang untuk mengatasi masalah yang mereka alami. Konseling menjadi layanan yang semua korban mengaksesnya dikarenakan layanan konseling merupakan langkah awal untuk menggali kebutuhan korban dan membentuk kembali kepercayaan dirinya.²² Oleh karena itu, penting bagi individu untuk mengenali dan menerima dirinya secara utuh dan mampu berfungsi sebagai pribadi yang berfungsi sepenuhnya.²³

Beberapa kasus kekerasan terhadap perempuan berhenti di proses konseling karena berbagai hal antara lain, ada hambatan ketika korban mau melanjutkan di proses hukum karena terkendala alat bukti, belum adanya payung hukum yang menjawab kebutuhan perempuan korban kekerasan seksual, belum terimplementasinya UU PKDRT, bahkan penyidik juga mengalami kendala dalam pemenuhan unsur pasal. Dengan demikian layanan konseling menjadi layanan yang banyak diakses dan dibutuhkan oleh seluruh korban kekerasan yang mengadakan kasusnya di Lrc-Kjham.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti merasa tertarik untuk mengetahui cara membentuk kepercayaan diri korban KDRT melalui proses konseling kelompok. Sehingga peneliti akan melakukan penelitian yang lebih lanjut dalam permasalahan tersebut dengan judul : “*Konseling Kelompok untuk Membentuk Kepercayaan Diri Pada Perempuan Korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang.*”

B. Rumusan Masalah

Bagaimana proses konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri perempuan korban Kekerasan dalam Rumah Tangga

²¹ R.A Kurniawan, A. Hidayati, A.F Radite Nur M, “*Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik Cognitive Restructuring (CR) Terhadap Motivasi Belajar Siswa*”, Jurnal Advice, Vol. 1 (1), 2019, hlm. 3

²² Draft II Laporan Tahunan Situasi KTP di Jawa Tengah 2020

²³ Widia Filda dan Nurul Hikmah, “*Increase Student’s Self-Acceptance Through Cognitive Restructuring Techniques in Group Counseling*”, Journal of Advanced Guidance and Counseling, Vol.4 (2), 2023, hlm.132

(KDRT) di Lrc-Kjham Semarang?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini ialah mengetahui proses konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri perempuan korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) di Lrc-Kjham Semarang.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian yang dimaksud pada penelitian ini terbagi menjadi dua yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis, sebagai berikut :

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan wawasan terhadap ilmu pengetahuan dalam bidang konseling, juga diharapkan dapat menambah pemahaman khususnya dalam kehidupan berumah tangga yang menjadi salah bagian terpenting dan sangat berpengaruh dalam kehidupan manusia. Diharapkan pula penelitian ini dapat dijadikan referensi atau acuan untuk bahan penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai dasar untuk membentuk pola pikir yang lebih baik, mengembangkan ilmu pengetahuan sekaligus untuk mengetahui kemampuan seorang peneliti dalam menerapkan ilmu yang diperoleh selama mengikuti perkuliahan. Serta menuangkan rasa keingintahuan khususnya dalam kasus kekerasan dalam rumah tangga. Dengan adanya penelitian ini diharapkan juga dapat membantu para pembaca dalam memecahkan masalah yang berkaitan dengan Kekerasan Dalam Rumah Tangga di Kota Semarang di dalam maupun diluar daerah yang menjadi tempat penelitian.

E. Tinjauan Pustaka

Sebagai salah satu bahan referensi yang berkaitan, peneliti akan mengambil hasil penelitian yang ada relevansinya dengan penelitian ini, khususnya drngan tema penelitian :

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Astra Khairunnisa, Roza Elmanika Putri, Rilla Sovitriana (2023) yang berjudul “*Penerapan Konseling Kelompok Teknik Direktif untuk Mengatasi Kecemasan KDRT di UPTD PPA Bantul Yogyakarta*”. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh penerapan konseling kelompok dengan teknik direktif untuk mengatasi kecemasan pada korban kekerasan perempuan dalam rumah tangga. Penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimental (pretest and posttest design with control group). Hasil penelitian tersebut menyebutkan bahwa penerapan konseling kelompok dengan teknik direktif dan relaksasi para klien mengalami perubahan seperti emosi menjadi lebih stabil, tenang, berhenti menangis, lebih sehat dan semangat serta bisa tidur nyenyak. Hal ini didukung oleh hasil post-test dengan skala kecemasan *Hamilton Anxiety Rating Scale* HARS yakni 32,4 dengan kategori kecemasan berat, menjadi 19,4 dengan kategori kecemasan ringan.²⁴

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Ma'rifatunnisa (2023) yang berjudul “*Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Reframing Untuk Motivasi Berwirausaha Pada Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga Di APPS Sragen (Bidang Kerajinan Tangan dan Kuliner)*”. Tujuan dari penelitian ini untuk mendeskripsikan proses layanan konseling kelompok dengan teknik reframing untuk motivasi berwirausaha pada korban kekerasan dalam rumah tangga di APPS Sragen (bidang kerajinan tangan dan kuliner). Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Hasil penelitian tersebut menyebutkan bahwa didalam proses layanan konseling kelompok diberikan berupa pelatihan, dan pelatihan ini dilakukan melalui metode langsung dan tidak langsung. Dalam metode langsung diberikan pelatihan-pelatihan untuk

²⁴ Astra Khairunnisa, Roza Elmanika Putri, Rilla Sovitriana, “*Penerapan Konseling Kelompok Teknik Direktif Untuk Mengatasi Kecemasan KDRT di UPTD PPA Bantul Yogyakarta*”, dalam Jurnal Sosial dan Humaniora Universitas Persada Indonesia YAI, Vol.7, No.3, 2023

meningkatkan ekonomi dan untuk membangun kepercayaan dirinya agar korban bisa bangkit kembali dalam menjalani kehidupan yang lebih baik sebelumnya. Sedangkan metode tidak langsung yaitu dengan cara memberikan bantuan dengan cara mencarikan dana-dana dan alat-alat penunjang dalam meningkatkan ekonomi.²⁵

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Ernawati, Gadis Deslinda dan Sari Asih Guritno (2019) yang berjudul: "*Pendekatan Konseling Perspektif Gender Dalam Menangani Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT). (Studi Kasus di Aliansi Peduli Perempuan Sragen*". Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana proses penanganan perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) melalui pendekatan konseling perspektif gender. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Hasil penelitian tersebut menyebutkan bahwa korban KDRT akan dibantu mendapatkan solusi dan Bimbingan dalam penyelesaian kasusnya, melalui layanan konseling perspektif gender dengan memberikan penyadaran akan gender sebagai akar masalah dalam KDRT dan penyadaran hak-hak perempuan beserta kesetaraan gender. Tak hanya itu korban akan mendapatkan assessment lanjutan yakni berupa layanan pemulihan dan rehabilitasi. Hal tersebut dilakukan untuk mempertimbangkan kemandirian korban, sehingga mereka bisa kembali bangkit dari keterpurukan dan memiliki power dalam pengambilan keputusan dalam hidupnya serta mereka mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi dengan baik.²⁶

²⁵ Ma'rifatunnisa, "*Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Rerfarming Untuk Motivasi Berwirausaha Pada Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di APPS Sragen (Bidang Kerajinan Tangan dan Kuliner)*", Skripsi, (Universitas Islam Negeri Raden Mas Said : Surakarta, 2023)

²⁶ Ernawati, Gadis Deslinda, dan Sari Asih Guritno, "*Pendekatan Konseling Perspektif Gender Dalam Menangani Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT). (Studi Kasus di Aliansi Peduli Perempuan Sragen*", *Journal of Guidance and Counseling*, Vol. 3, No. 2, 2019

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Mulkiyan (2017) yang berjudul “*Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa melalui Konseling Kelompok*”. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui penerapan konseling kelompok dalam mengatasi masalah kepercayaan diri siswa. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif. Hasil penelitian tersebut menyebutkan bahwa rasa kepercayaan diri siswa di SMK 1 Depok sebelum diberikan perlakuan konseling kelompok proses belajar mereka masih rendah, setelah diberikan perlakuan konseling kelompok dengan tahap-tahap dan teknik konseling rasa kepercayaan diri siswa dalam proses belajar mulai tinggi. Pada siswa yang tergolong kurang akan kepercayaan dirinya, dan konseling kelompok berpengaruh positif yang signifikan dalam mengatasi rasa kepercayaan diri dalam proses belajar siswa.²⁷

Kelima, penelitian yang dilakukan oleh Mulyanah (2019) yang berjudul “*Layanan Konseling Individu Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (Studi Deskriptif Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak Kabupaten Karawang)*”. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran rasa percaya diri korban KDRT sebelum mendapatkan layanan konseling individu, untuk mengetahui implementasi layanan konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri perempuan korban KDRT, untuk mengetahui hasil layanan konseling individu terhadap kepercayaan diri korban KDRT. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif melalui pendekatan kualitatif. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa layanan konseling individu dalam meningkatkan kepercayaan diri korban KDRT di P2TP2A Kabupaten Karawang memberikan pelayanan yang baik pada korban kekerasan dalam rumah tangga. Proses layanan konseling individu dilakukan dengan pemberian motivasi dalam menerima masalah,

²⁷ Mulkiyan, “*Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa Melalui Konseling Kelompok*”, *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, Vol. 5, No. 3, 2017

meyakinkan konseli dalam menghadapi masalah dan mendorong konseli untuk melakukan introspeksi diri. Proses ini membantu meningkatkan kepercayaan diri korban KDRT hal ini dapat dilihat dari perubahan-perubahan yang terjadi, seperti konseli mulai mengurus diri, teratur dan terbuka dalam bicara, dapat mengelola emosi dan percaya diri dengan tampil di lingkungan masyarakat dan mampu menerima keadaan yang dialaminya.²⁸

Berdasarkan beberapa penelitian di atas, belum ada penelitian tentang konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri pada perempuan korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang. Berdasarkan poin inilah adanya perbedaan dengan karya-karya sebelumnya. Pada penelitian yang pertama fokus terhadap pembahasan teknik direktif untuk mengatasi kecemasan korban KDRT. Fokus dalam konseling direktif ini konselor lebih aktif berperan dari pada konseli. Konselor mengambil peran besar selama proses konseling, termasuk dalam pengambilan inisiatif dan pemecahan masalah, sementara peran konseli sangat kecil, tidak banyak mengeluarkan pendapat dan pandangannya berkaitan dengan masalah yang sedang dihadapi. Pada penelitian kedua fokus pada teknik reframing yakni pemberian motivasi dan pelatihan-pelatihan terhadap korban KDRT. Dan fokus mereka selain meningkatkan kepercayaan diri juga membantu meningkatkan ekonomi para korban. Pada penelitian ketiga hubungannya dengan penyadaran akan gender sebagai akar masalah dari KDRT tersebut.

Pada penelitian keempat dan kelima memiliki kesamaan dengan penelitian penulis yaitu fokus terkait meningkatkan kepercayaan diri melalui kegiatan konseling. Pada penelitian keempat penelitian untuk meningkatkan kepercayaan diri melalui kegiatan konseling kelompok

²⁸ Mulyanah, "*Layanan Konseling Individu Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (Studi Deskriptif Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak Kabupaten Karawang)*", Skripsi, (Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati : Bandung, 2019)

pada siswa, sedangkan pada penelitian kelima fokus penelitian meningkatkan kepercayaan diri melalui kegiatan konseling individu pada korban KDRT.

Sementara dalam penelitian ini berfokus pada konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri pada perempuan korban KDRT. Korban yang menjadi subjek adalah korban yang ditangani kasusnya oleh Lrc-Kjham Semarang, dengan melakukan layanan konseling kelompok dengan tujuan membentuk kepercayaan diri, merubah pola pikir yang ada pada perempuan korban KDRT bahwa mereka berharga serta mampu menjalankan peran sebagai makhluk sosial. Peneliti bermaksud untuk memberikan inspirasi dan wawasan teoritik yang bermanfaat bagi pembaca serta diharapkan nantinya dapat dijadikan rujukan dalam pelaksanaan konseling kelompok.

F. Metode Penelitian

Metode penelitian adalah cara-cara yang digunakan untuk mengumpulkan data yang dikembangkan untuk mendapatkan pengetahuan dengan mengajukan prosedur yang reliabel serta terpercaya.²⁹ Dalam metode penelitian ini didapatkan mengenai: (1). Jenis dan Pendekatan Penelitian, (2). Sumber dan Jenis Data, (3). Definisi Konseptual, (4). Teknik Pengumpulan Data, (5). Teknik Validitas dan (6). Teknik Analisis Data.

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif deskriptif, yaitu data yang dikumpulkan berbentuk kata-kata dan gambar. Dalam penelitian ini pendekatan kualitatif deskriptif yaitu suatu penelitian yang bermaksud memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh objek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dan lain-lain secara holistik dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa pada suatu

²⁹ Ibnu Hadjar, *“Dasar-dasar Metode Penelitian Kuantitatif dalam Pendidikan”*. (Jakarta: Raja GrafindoPersada, 1998). Hlm.10

konteks khusus yang alamiah serta dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah.³⁰ Tujuan dari penelitian deskriptif adalah untuk membuat deskripsi, gambaran atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat serta hubungan antar fenomena yang diteliti.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan studi kasus yakni menjelaskan secara detail mengenai proses konseling kelompok dalam membentuk kepercayaan diri pada perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga di Lrc-Kjham. John W. Creswell mengungkapkan bahwa kasus merupakan salah satu strategi riset. Studi kasus merupakan strategi dalam penelitian kualitatif, dimana peneliti menyelidiki secara cermat suatu program atau peristiwa. Pendekatan studi kasus adalah kajian yang mendalam tentang peristiwa, lingkungan dan situasi tertentu yang dapat memungkinkan mengungkap atau memahami suatu hal yang mungkin saja terlewat dalam penelitian survei yang luas.³¹ Oleh karena itu, pemilihan jenis kualitatif ini bertujuan untuk memperoleh fakta berdasarkan data-data yang diperoleh tentang konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri pada perempuan korban kdrt di Lrc-Kjham Semarang, serta aktifitas yang berhubungan dalam membentuk kepercayaan diri pada perempuan korban KDRT melalui konseling kelompok di Lrc-Kjham.

2. Sumber dan Jenis Data

Data adalah bagian terpenting dari sebuah penelitian, karena dengan menggunakan data, peneliti dapat mengetahui hasil dari penelitian yang sudah dilakukan. Data dapat berupa semua keterangan seseorang yang dijadikan responden maupun yang

³⁰ Tohirin, Metode penelitian Kualitatif dalam Pendidikan dan Bimbingan Konseling, (Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2012), hlm. 3.

³¹ Abdullah K, Beberapa Metodologi dalam Penelitian Pendidikan dan Manajemen. (Gowa : Gunadarma Ilmu, 2018). Hlm. 92

berasal dari dokumen-dokumen, baik dalam bentuk statistik atau dalam bentuk lainnya guna keperluan penelitian dimaksud. Data adalah fakta atau informasi atau keterangan yang dijadikan sebagai sumber atau bahan menemukan kesimpulan dan membuat keputusan.³²

Sumber data merupakan segala sesuatu yang dapat memberikan informasi mengenai data. Menurut Lofland dan Lofland sebagaimana yang telah dikutip oleh Lexy. J. Moleong dalam bukunya yang berjudul *Metodologi Penelitian Kualitatif*, mengemukakan bahwa sumber data utama dalam penelitian kualitatif adalah kata-kata dan tindakan, selebihnya berupa data tambahan seperti dokumen dan lain-lain. Berkaitan dengan hal itu pada bagian ini jelas datanya dibagi ke dalam kata-kata dan tindakan, sumber data tertulis, foto dan statistik.³³

Adapun sumber data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer merupakan data asli yang diperoleh oleh peneliti secara langsung dari subjek penelitian untuk menjawab masalah penelitian yang dilakukan. Data primer adalah data yang dikumpulkan melalui pihak pertama, biasanya dapat melalui wawancara, jejak dan lain lain.³⁴ Dalam hal ini peneliti mengumpulkan data secara langsung di tempat penelitian mengenai proses konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri pada perempuan korban kdrt di Lrc-Kjham Semarang dan data lain yang mendukung penelitian. Pemerolehan

³² Tedi Priatna, *Prosedur Penelitian Pendidikan*, (Bandung : CV Insan Mandiri, 2017), hlm. 104

³³ Lexy. J. Moleong, *“Metodologi Penelitian Kualitatif”*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2000), hlm, 112

³⁴ Suharsimi Arikunto, *“Metode Penelitian”*, (Jakarta : Rineka Cipta, 2010). Hlm.172

data didapat melalui konselor dan empat perempuan korban kdrt. Data primer yang dimaksud dalam penelitian ini berupa hasil wawancara dari para informan tersebut, dengan jumlah 4 informan yang terdiri dari 1 konselor, dan 4 perempuan korban kdrt dengan karakteristik usia 40 tahun keatas, tidak bekerja, dan aktif mengikuti kegiatan konseling kelompok. Data yang dimaksudkan untuk mengetahui bagaimana konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga di Lrc-Kjham.

b. Sumber Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh secara tidak langsung dari objek penelitian dikarenakan data sudah ada atau data telah dikumpulkan oleh pihak lain bukan dari pihak peneliti. Biasanya data sekunder berbentuk struktur organisasi kearsipan, dokumentasi di lembaga, laporan-laporan serta buku-buku dan lain sebagainya yang berkaitan dengan penelitian. Dalam penelitian ini, data sekunder diperoleh melalui situs internet, artikel jurnal, buku maupun hasil penelitian sebelumnya oleh peneliti lain yang berkaitan dengan penelitian ini.

3. Definisi Konseptual Variabel

Definisi konseptual adalah unsur penelitian yang menjelaskan tentang karakteristik sesuatu masalah yang hendak diteliti. Berdasarkan landasan teori yang telah dipaparkan di atas, dapat dikemukakan definisi konseptual dari masing-masing variabel, sebagai berikut:

a. Konseling Kelompok

Konseling kelompok dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teori Prayitno yang menjelaskan bahwa layanan konseling kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan klien memperoleh kesempatan untuk pembahasan

dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok, masalah yang dibahas itu adalah masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok.³⁵ Adapun tahapan-tahapannya meliputi *pertama*, tahap pembentukan yakni mempersiapkan terbentuknya kelompok dan memberikan penjelasan mengenai layanan konseling kelompok. *Kedua*, tahap peralihan, yakni menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan, membahas suasana yang timbul, dan meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota kelompok. *Ketiga*, tahap kegiatan yang merupakan inti dari kegiatan konseling kelompok. *Keempat*, tahap pengakhiran yakni tahap pengembangan dan tindak lanjut dari kegiatan konseling kelompok.³⁶

b. Kepercayaan Diri Perempuan Korban KDRT

Peneliti menggunakan teori Lauster yang mendefinisikan kepercayaan diri sebagai suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam tindakan- tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.³⁷ Menurut Lauster aspek-aspek kepercayaan diri meliputi keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, serta berfikir rasional dan realistis terhadap suatu hal.³⁸

³⁵ Dina Hajja Ristianti, Irwan Fathurrochman, “*Penilaian Konseling Kelompok*”, (Yogyakarta, Deepublish, 2020) hlm. 10

³⁶ Gagan Abdul Muiz, dkk, “*Peran Layanan Konseling Kelompok Terhadap Perilaku Agresif Pelajar*”, Jurnal Irsyad, Vol.5, No. 2, 2017, hlm. 212-215

³⁷ Arie Prima Usman Kadi, “*Hubungan Kepercayaan Diri dan Self Regulated Learning Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa*” eJournal Psikologi, Vol. 4, No. 1, 2016, hlm.71

³⁸ Syaipul Amri, “*Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa SMA Negeri 6 Kota Bengkulu*”, Jurnal Raflesia Vol. 03, No. 02, 2018, hlm. 161

4. Teknik Pengumpulan Data

Pada penelitian ini untuk menjawab masalah penelitian diperlukan data yang akurat dari lapangan. Metode yang digunakan harus sesuai dengan objek penelitian, yakni :

a. Observasi

Observasi adalah proses aktivitas secara langsung untuk memperoleh data primer. Observasi tidak hanya dilaku dengan pengamatan, tetapi juga dapat berupa merasakan hingga memahami dari suatu fenomena yang terjadi untuk memperoleh data informasi yang diperlukan. Menurut Adler & Adler menyebutkan bahwa observasi merupakan salah satu dasar fundamental dari semua metode pengumpulan data dalam penelitian kualitatif, khususnya menyangkut ilmu-ilmu sosial dan perilaku manusia.³⁹ Dalam melakukan pengamatan ini, peneliti tidak menggunakan instrument yang telah baku, akan tetapi hanya berupa rambu-rambu pengamatan dengan datang beberapa kali untuk melakukan pengamatan. Teknik ini digunakan peneliti untuk melihat bukti terhadap hal-hal yang berkaitan dengan proses konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri pada perempuan korban kdrt di Lrc-Kjham Semarang.

b. Wawancara

Wawancara adalah salah satu kaidah mengumpulkan data yang paling biasa digunakan dalam sebuah penelitian. Kaedah ini digunakan ketika subjek penelitian dan peneliti berada langsung bertatap muka dalam proses mendapatkan informasi bagi keperluan data primer. Wawancara digunakan untuk mendapatkan informasi yang berhubungan dengan fakta,

³⁹ Hasyim Hasanah, “*Teknik-Teknik Observasi*”, Jurnal At-Taqaddum, Vol. 8, No.1, 2016, hlm.26

kepercayaan, perasaan keinginan dan sebagainya yang diperlukan untuk memenuhi tujuan penelitian.⁴⁰ Nazir mendefinisikan wawancara sebagai proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara pewawancara dengan responden dengan menggunakan alat yang dinamakan *interview guide* (panduan wawancara).⁴¹ Wawancara dilakukan pada bagian-bagian yang berkaitan dengan proses konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri pada perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga di Lrc-Kjham Semarang. Beberapa subjek yang menjadi sasaran dalam penelitian ini antara lain konselor dan empat perempuan korban kdrt. Peneliti melakukan wawancara terkait dengan proses konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri pada perempuan korban kdrt di Lrc-Kjham Semarang.

c. Dokumentasi

Menurut Sugiyono, dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumentasi bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang.⁴² Dokumentasi dalam teknik pengumpulan data adalah cara pengumpulan data yang dilakukan dengan mengumpulkan catatan dokumen. Sedangkan dokumentasi merupakan salah metode pengumpulan data kualitatif dengan melihat atau menganalisis dokumen-dokumen yang dibuat oleh subjek sendiri atau orang lain tentang subjek.⁴³ Dokumentasi diperoleh dari catatan atau

⁴⁰ Mita Rosaliza, "Wawancara Sebuah Interaksi Komunikasi Dalam Penelitian Kualitatif", *Jurnal Ilmu Budaya*, Vol.11, No.2, 2015, hlm. 71

⁴¹ Fandi Rosi Sarwo Edi, "Teori Wawancara Psikodignostik", (Yogyakarta : Leutikaprio, 2016). Hlm.3

⁴² Intan Nurma Pertiwi, dkk, "Pengaruh Model Make A Match Berbantu Media Kartu Bergambar Terhadap Kemampuan Membaca dan Menulis", *Jurnal Mimbar PGSD Undiksha*, Vol. 7, No. 3, 2019, hlm. 265

⁴³ Albi Anggito, & Johan Setiawan, S.Pd., "Metodologi Penelitian Kualitatif", (Sukabumi : CV Jejak, 2018), hlm. 145-153

dokumentasi dalam bentuk lain yang dimiliki oleh Lrc-Kjham Semarang.

5. Teknik Validitas Data

Validitas data merupakan derajat ketepatan antara data yang terjadi pada objek penelitian dengan data yang dapat dilaporkan oleh peneliti. Validitas dalam penelitian kualitatif jika ada perbedaan antara yang dilaporkan dengan apa yang sesungguhnya terjadi pada objek yang diteliti. Sedangkan reliabilitas menunjukkan derajat konsistensi dan stabilitas data atau temuan data-data dalam penelitian.⁴⁴ Dalam suatu penelitian yang didapat bisa jadi bersifat tidak realistis, bersifat subjektif, dan belum teruji kebenarannya, sehingga diperlukan teknik validitas data untuk menguji ketepatan data yang didapat. Metode yang digunakan penulis untuk mengetahui kredibilitas data yaitu dengan metode triangulasi. Menurut Sugiyono Triangulasi adalah metode untuk menguji kredibilitas data dengan mengecek data melalui beberapa cara dan berbagai waktu, sehingga pada penelitian ini penulis menggunakan dua jenis triangulasi, yaitu :

a. Triangulasi Sumber

Menurut Sugiyono, triangulasi sumber yaitu menguji data dari berbagai sumber informasi yang akan diambil datanya, sedangkan triangulasi teknik yaitu menguji sebuah data yang dilakukan dengan cara mencari tahu dan mencari kebenaran data terhadap sumber yang sama melalui teknik yang berbeda.⁴⁵ Triangulasi sumber untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui berbagai sumber. Membandingkan atau menguji kembali hasil pengamatan

⁴⁴ Masrukhin, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Kudus: Media Ilmu Press, 2017), 121-122

⁴⁵ Andarusni Alfansyur, dkk, "*Seni Mengelola Data : Penerapan Triangulasi Teknik, Sumber dan Waktu Pada Penelitian Pendidikan Sosial*", *Jurnal Historis*, Vol. 5, No. 2, 2020, hlm. 148

dengan wawancara. Oleh karena itu peneliti mengkaji dengan cara mengecek data dari beberapa sumber yang diperoleh mengenai proses konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri pada perempuan korban kdrt di Lrc-Kjham Semarang serta pada saat terjadi informasi yang berbeda. Hasil dari perbandingan yang diharapkan adalah berupa kesamaan atau alasan-alasan terjadinya perbedaan.

b. Triangulasi Teknik

Triangulasi teknik untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda. Triangulasi teknik pada penelitian ini dilakukan dengan cara wawancara, observasi, dan dokumentasi. Apabila terjadi ketidaksesuaian antara data yang diperoleh oleh ketiga teknik tersebut, peneliti melakukan diskusi lebih lanjut kepada sumber data yang bersangkutan. Hal ini dilakukan untuk memastikan data yang dianggap benar atau semuanya benar tetapi dari sudut pandang yang berbeda.⁴⁶

6. Teknik Analisis Data

Analisis data yang digunakan adalah metode analisis kualitatif deskriptif, yaitu bertujuan untuk menggambarkan keadaan, status, atau fenomena secara sistematis dan rasional. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik analisis data versi Miles dan Huberman, bahwa ada tiga alur kegiatan, yaitu :⁴⁷

a. Reduksi Data (*data reduction*)

Reduksi data diartikan sebagai proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan, dan

⁴⁶ Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D, (Bandung: Alfabeta, 2013).

⁴⁷ Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D, (Bandung: Alfabeta, 2013).
Hlm. 246-253

transformasi data “kasar” yang muncul dari catatan lapangan. Reduksi dilakukan sejak pengumpulan data, dimulai dengan membuat ringkasan, memilih hal-hal pokok, menelusuri tema dan polanya, menulis memo, dan fokus pada hal-hal yang penting, dengan maksud menyisihkan data atau informasi yang tidak relevan, kemudian data tersebut diverifikasi. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk mengembangkan lingkup kajian yang hendak dibahas. Kemudian akan dikerucutkan, diambil hal-hal penting yang diperlukan dalam penelitian. Hal tersebut terkait proses konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri pada perempuan korban kdrt di Lrc-Kjham Semarang.

b. Penyajian Data (*data display*)

Penyajian data adalah pendeskripsian sekumpulan informasi tersusun yang memberikan kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan.⁴⁸ Setelah data direduksi, maka Langkah selanjutnya adalah mendisplay data. Penyajian data dapat dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya. Miles dan Huberman menyatakan dalam menyajikan data pada penelitian kualitatif yang paling sering digunakan adalah dengan teks yang bersifat naratif. Penelitian ini data disajikan dalam bentuk uraian atau cerita rinci para informan sesuai dengan ungkapan atau pandangan mereka, tanpa komentar, evaluasi, dan interpretasi. Dengan mendisplaykan data diharapkan memudahkan peneliti untuk menyajikan data yang berkaitan dengan konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri

⁴⁸ Dr. H. A. Rusdiana, MM. & Drs. Nasihudin, M.Pd., "Sistem Informasi Manajemen Pendidikan Tinggi: Konsep, Kebijakan, dan Implementasi", (Bandung: Pusat Penelitian Dan Penerbitan UIN Sunan Gunung Djati, 2002), Hlm 63-64

pada perempuan korban kdrt di Lrc-Kjham Semarang.

c. Penarikan Kesimpulan (*concluding drawing*)

Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif menurut Miles dan huberman adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Akan tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel. Dalam penelitian ini, peneliti berharap dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai proses konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri pada perempuan korban kdrt di Lrc-Kjham Semarang.

G. Sistematika Penulisan

Sistematika penelitian ini bertujuan untuk mendukung desain masalah penelitian dan mendukung gagasan yang baik, sehingga prosesnya disusun sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN

Pada bab ini terdiri dari latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, metodologi penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II LANDASAN TEORI

Pada bab ini berisi tentang uraian teori-teori yang berkaitan dengan masalah yang akan diteliti. Dalam bab dua ini dibagi menjadi tiga sub bab. Pertama, meliputi pengertian konseling kelompok, tujuan konseling kelompok, asas-asas dalam konseling, proses layanan konseling kelompok. Kedua, meliputi : Pengertian kepercayaan diri, aspek-aspek

kepercayaan diri, ciri-ciri individu yang memiliki kepercayaan diri, faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri. Ketiga, meliputi : pengertian kekerasan dalam rumah tangga, bentuk-bentuk KDRT, faktor-faktor penyebab KDRT, dampak KDRT.

BAB III GAMBARAN UMUM DAN HASIL PENELITIAN

Bab ini terdiri dari gambaran umum atau profil Lrc-Kjham Kota Semarang dan data proses konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri pada perempuan korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang.

BAB IV ANALISIS DATA DAN PEMBAHASAN

Analisis Data dan Pembahasan. Pada bab ini peneliti akan menganalisis terkait proses konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri pada perempuan korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang.

BAB V PENUTUP

Bab ini mencakup kesimpulan dari seluruh pembahasan serta saran dan penutup bagian akhir memuat daftar pustaka, biodata peneliti, dan lampiran.

BAB II

KERANGKA TEORI

A. Konseling Kelompok

1. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling berasal dari Bahasa latin “*consilium*” yang artinya dengan atau bersama yang dirangkai dengan menerima atau memahami. Krumboltz mendefinisikan konseling merupakan kegiatan etis yang berusaha membantu klien termasuk jenis perilaku yang akan mengarah pada penyelesaian masalah klien.⁴⁹ Tambual mendefinisikan konseling sebagai proses penanganan masalah individu yang dibantu oleh seorang profesional yaitu konselor secara sukarela untuk mengubah perilakunya, mengklarifikasinya sikap, ide-ide, dan tujuannya sehingga masalahnya mungkin terpecahkan.⁵⁰ Konseling adalah suatu proses hubungan antara individu/manusia normal dengan seorang ahli dan bertujuan mampu memahami diri dan lingkungannya, kemudian membuat keputusan yang bermakna dan efektif.⁵¹ Konseling kelompok adalah proses konseling yang dilakukan oleh seorang konselor dengan beberapa konselor yang dinamis untuk memfasilitasi pengembangan konseli dan atau membantu konseli dalam mengatasi masalah yang mereka hadapi bersama.⁵²

Menurut Nurihsan konseling kelompok merupakan suatu bantuan pada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya. Lesmana mengartikan konseling kelompok sebagai hubungan membantu

⁴⁹ Abdul Mufid, “*Moral and Spiritual Aspects in Counseling : Recent Development in the West*”, JAGC, Vol.1, No.1, 2020, hlm.2

⁵⁰ Bakhrudin All Habsy, “*Filosofi Keilmuan Bimbingan dan Koseling*”, Jurnal Pendidikan, Vol. 2, No. 1, 2017, hlm. 2

⁵¹ Maryatul Kibtyah, “*Peran Konseling Keluarga Dalam Menghadapi Gender Dengan Segala Permasalahannya*”, Jurnal Sawwa, Vol. 9, No. 2, 2014, hlm. 363

⁵² Siti Wahyuni Siregar, “*Konsep Dasar Konseling Kelompok*”, Jurnal Ilmu Dakwah dan Komunikasi Islam, Vol. 12, No. 1, 2018, hlm. 78-79

dimanasalah satu pihak (konselor) bertujuan meningkatkan kemampuan dan fungsi mental pihak lain (klien) agar dapat menghadapi persoalan / konflik yang dihadapi dengan lebih baik.⁵³

Menurut Gadza, konseling kelompok merupakan suatu proses interpersonal yang dinamis yang memusatkan pada usaha dalam berpikir dan tingkah laku, serta melibatkan pada fungsi-fungsi terapi yang memungkinkan, serta berorientasi pada kenyataan-kenyataan, membersihkan jiwa, saling percaya mempercayai, pemeliharaan, pengertian, penerimaan dan bantuan.⁵⁴ Fungsi-fungsi dari terapi itu diciptakan dan dipelihara dalam wadah kelompok kecil melalui sumbangan perorangan dalam anggota kelompok sebaya dan konselor. Konseli-konseli dalam anggota kelompok-kelompok adalah individu normal yang mempunyai berbagai masalah yang tidak memerlukan penanganan perubahan kepribadian lebih lanjut. Konseli-konseli konseling kelompok menggunakan interaksi kelompok untuk meningkatkan pengertian dan penerimaan terhadap nilai-nilai dan tujuan-tujuan tertentu dan untuk mempelajari atau menghilangkan sikap-sikap serta perilaku tertentu.

Konseling dalam kaca Islam dapat dimaknai sebagai sebuah proses pemberian bantuan kepada individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya dalam kehidupan keagamaannya senantiasa selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah sehingga dapat mencapai kebahagiaan kehidupan di dunia dan di akhirat.⁵⁵ Konseling seperti telah diketahui tekanannya pada upaya kuratif atau pemecahan masalah yang dihadapi seseorang secara Islami. Hal ini berarti konseling Islam membantu individu menyadari/kembali keberadaannya atau eksistensinya sebagai makhluk

⁵³ Namora Lumongga Lubis, Hasnida, *Konseling Kelompok* (Jakarta, Kencana, 2016) hlm. 19

⁵⁴ Siti Wahyuni Siregar, "Konsep Dasar Konseling Kelompok", *Jurnal Hikmah*, Vol. 12, No.1, 2018, hlm. 81

⁵⁵ Anur Rakhim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, hlm. 85

Allah, sebagai ciptaan Allah yang diciptakan Tuhan untuk senantiasa mengabdikan kepada-Nya sesuai dengan ketentuan dan petunjuk-Nya. Menyadari eksistensinya sebagai makhluk Allah sesuai dengan ketentuannya berarti menyadari bahwa dalam dirinya Allah telah menyatakan fitrah untuk beragama Islam, dan menjalankannya dengan sebaik-baiknya. Dengan demikian permasalahan keagamaan apapun senantiasa akan dikembalikan kepada petunjuk Allah (syariat/hukum Islam). Selama tidak menyimpang dari ketentuan syariat/ hukum Islam itu, tidak akan pernah ada problem dalam kehidupan keagamaan.⁵⁶

Pada proses konseling, seorang konselor harus dapat menerima kondisi klien apa adanya. Posisi konselor sebagai pihak yang membantu, menempatkannya pada posisi yang benar-benar dapat memahami dengan baik permasalahan yang dihadapi klien. Konselor harus dapat menciptakan suasana yang kondusif dan bersikap lemah lembut terhadap klien agar mereka merasa nyaman ketika mengikuti kegiatan konseling. Seperti yang tercantum dalam QS. Ali-Imran ayat 159 :

فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ
وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَتَاوَرَهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ

Artinya : “Maka, berkat Rahmat Allah engkau (Nabi Muhammad) berlaku lemah lembut terhadap mereka. Seandainya engkau bersikap keras dan berhati kasar, tentulah mereka akan menjauh dari sekitarmu. Oleh karena itu, maafkanlah mereka mohonkanlah ampunan untuk mereka, dan bermusyawarahlah dengan mereka dalam segala urusan (penting). Kemudian, apabila engkau telah membulatkan tekad, bertawakallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah mencintai orang-orang yang bertawakal.”

⁵⁶ Rifda El-Fiah, “Konseling Keluarga Dalam Perspektif Hukum Islam”, Jurnal Analisis, Vol. XVI, No. 1, 2016, hlm. 160

Ayat ini mengandung arti bahwa Allah memerintahkan Nabi Muhammad Saw. untuk berkonsultasi dengan para pemuka masyarakat mengenai segala persoalan, baik persoalan pemerintahan, sosial, politik, ekonomi, maupun perorangan. Musyawarah, merupakan jalan untuk menemukan alternatif penyelesaian masalah. Hal ini sesuai dengan fungsi kuratif atau korektif bimbingan konseling Islam, metode kelompok, dan asas musyawarah dalam bimbingan konseling Islam. Tawakkal, yaitu berserah diri kepada Allah. Memiliki kesamaan dengan tujuan dari bimbingan konseling Islam dan juga kepribadian yang harus dimiliki oleh seorang konselor muslim. Lemah lembut dan pemaaf, yang merupakan akhlaq terpuji Rasulullah. Hal ini sesuai dengan asas sosialitas manusia, asas pembinaan akhlaqul karimah, dan asas kasih sayang dalam bimbingan konseling Islam.⁵⁷

Peran utama konselor dalam proses konseling adalah sebagai pengingat yaitu sebagai orang yang mengingatkan individu yang dibimbing dengan cara mengingat Allah, serta sebagai pendorong sekaligus pendamping bagi klien dalam mempelajari dan mengamalkan ajaran agama. Serta dapat memberikan ketenangan jiwa, inspirasi, dan motivasi bagi individu. Juga dapat membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya, untuk mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.⁵⁸ Karena Allah telah mengutus Rasul-Nya dengan membawa kitab suci sebagai pedoman hidup, jika ada individu yang mengalami kebingungan atau salah jalan diduga mereka belum memahami petunjuk itu, maka konselor berkewajiban mengingatkannya.⁵⁹ Dengan demikian konselor tidak melakukan usaha mempengaruhi keyakinan klien, tetapi lebih menekankan pada

⁵⁷ Elida Hapni dan Irman, "Konsep Konseling Islam Dalam Surah Ali Imran Ayat 159-160", dalam Jurnal Bimbingan dan Konseling, Vol. 7, No. 3, 2024

⁵⁸ Al Halik, "A Counseling Service for Developing the qona'ah attitude of Millennial Generation in Attaining Happiness", JAGC, Vol. 1, No.2, 2020, hlm. 93

⁵⁹ Ibnu Mahmudi, "Peranan Bimbingan dan Konseling Islami Dalam Menanggulangi Kehamilan Di Luar Nikah", Jurnal Bimbingan dan Konseling, Vol. 1, No. 1, 2011, hlm. 12-14

bagaimana membantu klien mengemukakan pendapat, pandangan, nilai dan keyakinan agamanya untuk mencari jalan keluar atas permasalahannya. Disinilah akan terlihat bahwa agama dijadikan sumber acuan dalam menyelesaikan problema penganutnya.⁶⁰

Nabi Muhammad Saw. merupakan nabi dan rasul terakhir yang mencerminkan sosok manusia berkarakter. Beliau membawa misi risalahnya untuk seluruh umat manusia dan seluruh alam semesta. Keseharian Nabi Muhammad saw. dalam menjalani kehidupan selalu bersikap sopan, bertutur kata jujur, tidak pernah berdusta serta berbudi pekerti yang luhur. Nabi Muhammad Saw. memiliki akhlak yang mulia terhadap siapa saja. Nabi Muhammad Saw. dalam Al-Qur'an disebut sebagai manusia paling berakhlak. Dialah Rasulullah, Nabi Muhammad Saw. yang menjadi suri tauladan dan tokoh inspirasi dalam banyak hal, terutama dalam hal berperilaku. Rasulullah Saw. juga dapat diimplementasikan dalam keilmuan Bimbingan dan Konseling. Seorang konselor muslim diharapkan menjadikan akhlak Rasulullah Saw. sebagai sosok figur, qudwah dan uswatun hasanah bagi dirinya dalam menjalankan peran dan fungsinya. Konselor dalam memberikan bantuan kepada klien hukumnya wajib, dengan memberikan pengarahan kepada kesadaran nurani dengan membersihkan diri dan melaksanakan amalan ibadah yang sudah dianjurkan dalam Islam, seperti membaca Al-Qur'an, berdzikir, bershalawat, berpuasa, shalat, bersedekah, berzakat, dan melakukan amalan lainnya sesuai dengan tuntunan syariat Islam.⁶¹ Menurut Rosniati akhlak konselor dalam ajaran Islam merupakan operasionalisasi kegiatan yang ditampilkan oleh seorang konselor dalam menjalankan peran dan fungsinya,

⁶⁰ Ema Hidayanti, "Optimalisasi Pelayanan Bimbingan dan Konseling Agama Bagi Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial (PMKS)", Jurnal Pemikiran Agama untuk Pemberdayaan, Vol. 13, No.2, 2013, hlm.363

⁶¹ Widayat Mintarsih, "Pendampingan Kelas Ibu Hamil Melalui Layanan Bimbingan dan Konseling Islam Untuk Mengurangi Proses Kecemasan", Sawwa : Jurnal Studi Gender, 12 (2), 2017, hlm. 283

sebagai seorang yang Shiddiq, Amanah, Tabligh, dan Fathanah, secara bulat, utuh, integral, dan universal.⁶²

Berdasarkan beberapa pendapat diatas, maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah upaya bantuan yang bersifat pencegahan dan pengembangan kemampuan pribadi sebagai pemecahan masalah secara kelompok atau bersama-sama dari seorang konselor kepada klien.

2. Tujuan Konseling Kelompok

Menurut Prayitno, tujuan layanan konseling kelompok terfokuskan adalah masalah pribadi individu, maka layanan konseling kelompok yang intensif dalam upaya pemecahan masalah tersebut, konseli memperoleh dua tujuan sekaligus yaitu : berkembangnya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap terarah kepada tingkah laku khususnya bersosialisasi dan komunikasi dan terpecahnya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya imbas cara pemecahan masalah tersebut dari individu-individu lain yang menjadi anggota konseling kelompok.⁶³ Menurut Gibson & Mitchell yang dikutip oleh Ceria dan Dyta, konseling kelompok bertujuan untuk menyediakan pengalaman yang bernilai bagi setiap anggotanya secara individu atau untuk meningkatkan kepekaan masing-masing individu dan untuk mendengarkan masalah satu sama lain.⁶⁴ Shertzer dan Stone sebagaimana dikutip Winkel dan Hastutik juga menyatakan bahwa tujuan dari konseling kelompok adalah mengembangkan pikiran dan perasaan klien agar mampu memahami dan mengatasi problem yang dihadapi diri sendiri.⁶⁵

⁶² Zaen Musyirifin, "Implementasi Sifat-Sifat Rasulullah Dalam Konseling Behavioral", Jurnal Al-Irsyad, Vol. 11, No. 2, 2020, hlm. 153-154

⁶³ R.A Kurniawan, A. Hidayati, A.F Radite Nur M, "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik Cognitive Restructuring (CR) Terhadap Motivasi Belajar Siswa", Jurnal Advice, Vol. 1 (1), 2019, hlm. 3

⁶⁴ Ceria Hermina dan Dyta S, "Kajian metode konseling kelompok untuk meningkatkan kemampuan interkasi sosial pada anak yang berhadapan dengan hukum", Jurnal Nasional Psycho Idea, Vol.16 (2), 2018, hlm.167

⁶⁵ Hetty Anggraini, dkk. "Pelatihan Konseling Kelompok Berbasis Parenting Bagi Guru

Ada sejumlah tujuan yang ingin dicapai oleh anggota kelompok melalui layanan konseling kelompok, yaitu :⁶⁶

- 1) Belajar memahami diri sendiri dan orang lain.
- 2) Menemukan berbagai kemungkinan cara menghadapi persoalan-persoalan perkembangan dan upaya mengentaskan konflik-konflik tertentu.
- 3) Meningkatkan kemampuan mengontrol diri sendiri, kemandirian, dan tanggung jawab terhadap diri sendiri dan orang lain.
- 4) Membuat perencanaan yang khusus untuk merubah tingkah laku tertentu dan dengan kesadaran diri sendiri sungguh-sungguh (to commit) untuk sepenuhnya menjalankan rencana itu.
- 5) Belajar keterampilan sosial yang efektif.
- 6) Belajar melakukan konfrontasi orang lain dengan cara yang berkelembutan, perhatian, keramahan, dan terkendali, serta.
- 7) Berubah dari hidup semata-mata untuk menjadi seperti apa yang diharapkan atau dimaui orang lain menjadi hidup sesuai dengan diharapkan diri sendiri yang penuh dengan berkah.

Dapat disimpulkan bahwa tujuan konseling kelompok adalah mendorong munculnya motivasi individu, berkembangnya perasaan, pikiran, meningkatkan wawasan dan sikap terarah kepada tingkah laku yang bertanggung jawab, khususnya dalam bersosialisasi/komunikasi yang berimbang pada pemecahan masalah individu peserta kelompok yang mengalami kesulitan dalam perkembangannya dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

PAUD Desa Karanganyar Lampung Selatan”, Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, Vol.1 (8), 2022, hlm. 1809

⁶⁶ Sisca Folastris, dkk, *Prosedur Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Mujahid Press: Bandung, 2016), Hal. 18.

3. Asas-Asas dalam Konseling

Menurut Prayitno asas-asas yang harus terpenuhi dalam pelayanan Bimbingan dan Konseling ialah :⁶⁷

1) Asas Kerahasiaan

Asas ini berhubungan dengan rahasia klien atau individu yang bersifat data atau persoalan yang dihadapi klien. Dalam hal ini konselor akan menjaga rahasia dari data individu terhadap orang lain dan menjamin rasa aman terhadap pandangan buruk dari orang lain. Biasanya semua data disimpan ditempat khusus dan hanya dapat diakses oleh konselor tersebut.

2) Asas Kesukarelaan

Asas yang menghendaki klien dalam melakukan layanan Bimbingan dan Konseling dengan kesukarelaan dalam menjalankan program yang diberikan. Dalam hal ini konselor akan mengembangkan kesukarelaan tersebut sehingga klien dapat mengeluarkan pemikirannya dalam persoalan yang sedang dihadapi.

3) Asas Keterbukaan

Asas ini diharapkan kepada klien untuk bersikap terbuka dan tidak berpura-pura baik dalam data diri maupun persoalan yang akan diberikan layanan, agar program yang diberikan oleh konselor tepat sasaran. Dalam hal ini konselor akan mengembangkan sikap terbuka dan menerima lapang dada hal yang akan dikeluarkan. Hal tersebut juga akan membantu asas kerahasiaan untuk kelancaran dalam penyelenggaraan program layanan Bimbingan dan Konseling

⁶⁷ Siti Raminah, "Prinsip dan Asas Bimbingan Konseling", Jurnal Osfpreprints, 2021, hlm. 5-7

4) Asas Kegiatan

Asas ini menghendaki klien ikut aktif dan berpartisipasi dalam program layanan yang diberikan konselor. Dalam hal ini konselor akan mengikutsertakan klien dalam program tersebut, jika tidak ikut serta maka program yang dijalankan tidak akan berhasil. Sebab program tersebut berguna untuk menyelesaikan persoalan klien bukan konselor.

5) Asas Kemandirian

Sesuai dengan tujuan umum dari layanan Bimbingan dan Konseling dimana klien akan bersikap mandiri dalam menghadapi persoalan baik dalam diri sendiri maupun lingkungan sekitar. Untuk itu diharapkan dalam layanan ini tercipta individu yang bersikap mandiri tinggi agar tidak bergantung kepada orang lain.

6) Asas Kekinian

Asas ini diharapkan layanan yang diberikan konselor terkait dengan persoalan sekarang atau masa kini untuk bisa diberikan gambaran masa lalu dan masa datang sesuai situasi dan kondisinya. Gambaran masa depan itu akan berpengaruh terhadap keputusan yang diambil masa kini, untuk itu layanan yang diberikan bisa membantu klien menyelesaikan persoalan sekarang secara matang agar tidak berpengaruh terhadap masa depan.

7) Asas Kedinamisan

Asas ini diharapkan klien dalam menerima layanan Bimbingan dan Konseling bergerak maju dan tidak monoton. Isi yang diharapkan tetap berkembang selama proses layanan berlangsung agar mencapai sifat mandiri dan matang dalam mengambil keputusan dengan tanggung jawab yang tepat.

Dalam hal ini konselor akan memantau perkembangan klien dalam mengatasi persoalan yang dihadapi.

8) Asas Keterpaduan

Asas ini diharapkan klien dalam menerima layanan Bimbingan dan Konseling dapat diterima secara terpadu. Dalam hal ini keterkaitan atau keikutsertaan dari pihak lain dalam proses layanan akan membantu klien lebih bisa mengontrol diri dan siap menghadapi persoalan lain dengan pemikiran yang logis dan efisien.

9) Asas Kenormatifan

Asas Bimbingan dan Konseling dalam memberikan layanan diharapkan tidak bertentangan dengan nilai dan norma yang berlaku, yaitu norma hukum, agama, adat istiadat, ilmu pengetahuan, dan kebiasaan yang berlaku. Bimbingan dan Konseling terjadi bukan hanya hasil tetapi proses dalam mencapai hasil tersebut sesuai dengan peraturan yang berlaku. Layanan yang diberikan seharusnya akan membantu klien untuk meningkatkan nilai dan norma agar tidak hilang dan dibantah oleh kalangan.

10) Asas Keahlian

Asas Bimbingan dan Konseling diharapkan dalam memberikan layanan harus ditangani oleh orang yang profesional. Dalam hal ini layanan yang diberikan oleh tenaga yang ahli dalam bidangnya, bukan sembarang orang. Keahlian konselor harus bisa dibenarkan dalam memberikan layanan sesuai dengan kaidah dan prinsip agar tidak terjadi hal yang melenceng. Ahli akan memberikan layanan sesuai dengan kode etik dan peraturan yang berlaku serta dengan pengalaman dalam melakukan bimbingan dan konseling.

11) Asas Alih Tangan

Asas ini berhubungan jika konselor dalam menyelesaikan layanan Bimbingan dan Konseling terhadap klien tidak menemukan titik temu maka konselor harus mengalihkan ke tangan yang lebih ahli dan berpengalaman. Konselor bisa mengalih tangan kepada keluarga atau konselor lain dengan memberikan gambaran persoalan klien supaya konselor baru bisa memahami dan mempersiapkan program layanan yang diharapkan mampu menemukan titik temu dari persoalan klien tersebut.

12) Asas Tut Wuri Handayani

Asas Bimbingan dan Konseling dalam memberikan layanan diharapkan dapat mengayomi, memberikan rasa aman dan nyaman, mengembangkan keteladanan, memberikan rangsangan dan kesempatan yang luas kepada klien untuk bergerak maju. Dalam hal ini konselor akan memberikan kesempatan terhadap gambaran pemikiran klien untuk melakukan sesuatu sesuai dengan kehendak tetapi yang masih dalam batas wajar.

Dapat disimpulkan bahwa asas-asas konseling kelompok menurut Prayitno diantaranya terdapat asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, kegiatan, kemandirian, kekinian, kedinamisan, keterpaduan, kenormatifan, keahlian, alih tangan, dan asas tut wuri handayani.

3. Proses Layanan Konseling Kelompok

Konseling kelompok merupakan kelompok terapi di mana masing-masing klien berdiskusi satu sama lain tentang masalah yang dialami oleh klien. Mereka juga berbagi perhatian dan pengertian satu sama lain dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri anggotanya. Isu-isu pribadi, keluarga, rumah tangga, dan sosial adalah topik yang

dibahas atau dikomunikasikan. Dengan demikian, proses konseling memberikan kesempatan bagi klien untuk belajar tentang dirinya sendiri, situasinya saat ini, dan potensi masa depan yang bisa dibentuk dengan kemampuan yang dimilikinya, demi kepentingan pribadi dan sosialnya.⁶⁸

Tujuan dari konseling kelompok adalah untuk menumbuhkan pikiran, pemahaman, dan keterampilan yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah. Dengan konseling kelompok, diharapkan para korban mampu menyadari bahwa mereka tidak sendirian dan mereka dapat bekerja sama untuk mengatasi masalah yang mereka hadapi.⁶⁹ Struktur/komponen dalam konseling kelompok di Lrc-kjham Semarang meliputi.

- 1) Pemimpin kelompok. Tugas pemimpin kelompok ialah mempertahankan kelompok, membentuk budaya, dan norma-norma dalam kelompok. Pemimpin kelompok diharuskan untuk menghidupkan dinamika kelompok seintensif mungkin untuk mencapai tujuan umum dan khusus.
- 2) Anggota kelompok (*survivor*). Para anggota kelompok dapat beraktivitas langsung dan mandiri seperti dalam bentuk berfikir, berpendapat, berempati, dan bersikap. Setiap anggota kelompok dapat menumbuhkan kebersamaan dan interaksi emosional, seperti mematuhi aturan kelompok, saling memahami, memberi kesempatan dan membantu, dan menyukseskan kegiatan kelompok.
- 3) Agenda kelompok:

⁶⁸ Agus Riyadi, Hendri, H.A, “*The Islamic Counseling Construction in Da’wah Science Structure*”. *Journal of Advanced Guidance and Counseling*, Vol.2, No.1, 2021, hlm.18

⁶⁹ MA Muttaqin, A Murtadho, A Umriana, “*Bimbingan Konseling Bagi Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga di Lrc-Kjham Semarang*”, *Junal Studi Gender*, 11 (2), 2016, hlm. 197

- a) *Konseling*, diharapkan dapat mengembangkan pribadi, membahas dan memecahkan masalah pribadi melalui dinamika kelompok yang dialami oleh masing-masing anggota.
- b) *Pemberdayaan*, yang dilaksanakan mencakup pemberian keterampilan berbicara, membuat kerajinan, dan berorganisasi.
- c) *Pendidikan dan kampanye*. Pemberian pemahaman masalah gender dan ikut berperan aktif dalam menyerukan masalah dan isu-isu diskriminasi terutama pada kelompok perempuan miskin, marjinal, dan rentan tindak kekerasan.
- d) *Rapat dan evaluasi*. Rapat dan evaluasi dilaksanakan kelompok pada tahap awal dan akhir yang telah ditetapkan.

Menurut Prayitno *konseling kelompok* dilaksanakan secara bertahap, terdapat empat tahapan dalam *konseling kelompok* yaitu :⁷⁰

1) Tahap Pembentukan

Pada tahap ini seorang konselor mempersiapkan terbentuknya kelompok dan memberikan penjelasan mengenai layanan *konseling kelompok* dengan istilah yang mudah dipahami oleh para klien yang ada didalam kelompok tersebut. Setelah itu para anggota kelompok (klien) saling memperkenalkan diri dan juga mengungkapkan tujuan kegiatan *konseling kelompok* yang ingin dicapai. Tujuan dalam tahap ini ialah agar para anggota memahami pengertian dan kegiatan *konseling kelompok*, menumbuhkan suasana kelompok serta minat para anggota untuk mengikuti kegiatan tersebut. Selain itu pada tahap ini juga diharapkan para anggota dapat saling mengenal, menumbuhkan rasa saling percaya, menerima, serta

⁷⁰ Gagan Abdul Muiz, dkk, “*Peran Layanan Konseling Kelompok Terhadap Perilaku Agresif Pelajar*”, *Jurnal Irsyad*, Vol.5, No. 2, 2017, hlm. 212-215

terciptanya suasana yang bebas dan terbuka hingga dimulainya pembahasan. Pada tahap ini juga terdapat sesi norma kelompok, yang mana didalamnya konselor menekankan bahwa kerahasiaan terjaga dalam proses konseling kelompok sehingga membuat seluruh anggota kelompok merasa yakin ketika mengeluarkan pendapat. Apapun yang klien dapatkan dalam kelompok mereka paham untuk tidak menceritakannya kembali kepada orang lain. Dengan demikian tugas konselor pada tahap ini ialah dapat menampilkan diri secara utuh terbuka, hangat, tulus dan bersedia membantu dengan penuh empati, serta sebagai contoh teladan bagi para anggota kelompok.

2) Tahap Peralihan

Pada tahap ini menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan pada tahap selanjutnya, menawarkan atau mengamati apakah anggota kelompok sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya, membahas suasana yang timbul, dan meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota. Pada tahap ini diharapkan masalah yang dihadapi masing masing anggota kelompok dirumuskan dan diketahui sebab-akibatnya. Pada tahap ini anggota kelompok mulai terbuka, akan tetapi sering terjadi pada tahap ini muncul kecemasan, resisten (penolakan), atau bahkan masih enggan harus membuka ceritanya. Tugas konselor pada tahap ini adalah mampu memahami terkait kepekaan-kepekaan terhadap waktu, mampu untuk melihat perilaku anggota dan mengenal suasana emosi didalam kelompok. Sehingga membuat para anggota kelompok nyaman dan merasa memiliki kelompok tersebut.

3) Tahap Kegiatan

Tahap ini adalah tahap dimana anggota kelompok (klien) untuk tampil, tahap tindakan dan tahap pertengahan yang

merupakan inti kegiatan konseling kelompok sehingga memerlukan alokasi waktu yang cukup panjang untuk melakukan seluruh kegiatan konseling kelompok. Tahap ini merupakan tahap yang seolah-olah para anggota kelompok merasakan kehidupan yang sebenarnya dari proses layanan konseling kelompok, klien memusatkan perhatian terhadap tujuan yang akan dicapai, mempelajari materi-materi baru, berdiskusi mengenai topik baru, menyelesaikan tugas, dan mempraktekan perilaku-perilaku baru yang lebih positif. Pada tahap ini, hubungan antara anggota kelompok sudah mulai ada kemajuan sudah terjalin rasa saling percaya antar sesama anggota kelompok, rasa empati, saling mengikat dan berkembang lebih dekat secara emosional. Para anggota kelompok pada tahap ini dituntut untuk mempelajari hal-hal baru seperti berdiskusi berbagi rasa suka ataupun duka dan pengalaman.

Pada tahap ini interaksi antara klien dan konselor mulai menurun dan interaksi antara anggota kelompok mulai meningkat. Sehingga konselor pada tahap ini adalah sebagai pengatur yang sabar dan terbuka, aktif tetapi tidak banyak bicara, dan memberikan dorongan dan penguatan serta berempati. Tahap ini terbilang berhasil jika semua solusi yang mungkin telah dipertimbangkan, diuji menurut konsekuensinya dan dapat diwujudkan. Solusi tersebut harus praktis, dapat direalisasikan, dan pilihan akhir harus dibuat setelah melalui pertimbangan dan diskusi yang tepat.

4) Tahap Pengakhiran

Tahap akhir yaitu penilaian dan tindak lanjut. Dalam tahap ini kegiatannya adalah konselor mengungkapkan bahwa kegiatan akan segera diakhiri, konselor dan para anggota

mengungkapkan kesan dan hasil kegiatan, kemudian membahas kegiatan lanjutan dan mengemukakan kesan dan harapan. Pada tahap akhir ini yang penting adalah bagaimana keterampilan anggota dalam mentransfer apa yang telah dipelajari dalam konseling kelompok ke dalam kehidupannya di luar lingkungan kelompok. Anggota kelompok (klien) harus berupaya merealisasikan rencana-rencana tindakan sampai mencapai kepada perilaku yang diinginkan, tidak semua anggota kelompok dapat dengan mudah merealisasikan rencana-rencana atau keputusan-keputusannya. Karena itu konselor bersama anggota kelompok perlu memberikan penguatan kepada tiap anggota kelompok mengenai konsekuensi dari keputusan yang diambil melalui kegiatan konseling kelompok.

Untuk itu perlu diberikan kesempatan bagi masing-masing anggota kelompok (klien) untuk mengemukakan ganjalan-ganjalan yang sesungguhnya mereka rasakan selama proses konseling kelompok berlangsung. Dengan demikian para anggota kelompok akan meninggalkan kelompok dengan perasaan lega dan puas. Dengan kata lain, bahwa pada akhir kegiatan konseling kelompok hendaknya para anggota merasa telah memetik suatu hasil yang sangat berharga dari kegiatan konseling kelompok yang diikutinya.

Berdasarkan pemaparan di atas bahwasannya tahap konseling kelompok terbagi menjadi empat tahap. Tahap pembentukan, mempersiapkan terbentuknya kelompok dan menjaga norma kelompok. Tahap peralihan, menjelaskan agenda/tema yang akan dilakukan. Tahap kegiatan, anggota kelompok menceritakan masalahnya dan berdiskusi dengan anggota lain terkait pengentasan masalah tersebut. Tahap pengakhiran, konselor dan para anggota kelompok mengungkapkan kesan dan hasil dari kegiatan serta

mendiskusikan agenda untuk pertemuan selanjutnya.

B. Kepercayaan Diri

1. Pengertian Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang. Kepercayaan diri merupakan atribut yang sangat berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat, tanpa adanya kepercayaan diri akan menimbulkan banyak masalah pada diri seseorang. Hal tersebut dikarenakan dengan kepercayaan diri, seseorang mampu untuk mengaktualisasikan segala potensinya. Kepercayaan diri merupakan sesuatu yang urgen untuk dimiliki setiap individu. Kepercayaan diri diperlukan baik oleh seorang anak maupun orang tua, secara individual maupun kelompok.⁷¹

Lauster mendefinisikan kepercayaan diri sebagai suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.⁷² Terbentuknya kemampuan percaya diri adalah suatu proses belajar bagaimana merespon berbagai rangsangan dari luar dirinya melalui interaksi dengan lingkungannya.

Menurut Hakim kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala sesuatu yang menjadi aspek kelebihan yang dimiliki dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk mencapai berbagai tujuan hidup dan dapat menyesuaikan diri dengan

⁷¹ M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2011), 34.

⁷² Arie Prima Usman Kadi, "Hubungan Kepercayaan Diri dan Self Regulated Learning Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa" *eJournal Psikologi*, Vol. 4, No. 1, 2016, hlm.71

lingkungannya.⁷³ Individu yang berada pada tingkat kepercayaan diri yang tinggi, mampu menerapkan pikiran positif dalam dirinya untuk dapat mengelola semua kebutuhan hidupnya, termasuk kebutuhan belajarnya.

Maslow menyatakan bahwa percaya diri merupakan modal dasar untuk pengembangan aktualitas diri.⁷⁴ Dengan percaya diri orang akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri. Sementara itu, kurangnya percaya diri akan menghambat pengembangan potensi diri. Orang yang kurang percaya diri akan menjadi seseorang yang pesimis dalam menghadapi tantangan, takut dan ragu-ragu untuk menyampaikan gagasan, serta bimbang dalam menentukan pilihan dan sering membandingkan dirinya dengan orang lain. Dapat disimpulkan bahwa percaya diri diartikan bahwa suatu kepercayaan akan kemampuan sendiri yang menandai dan menyadari kemampuan yang dimiliki dapat dimanfaatkan secara tepat.

Dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri yakni keyakinan akan kemampuan terhadap diri sendiri untuk mencapai target, keinginan, dan tujuan untuk diselesaikan, serta mampu dalam menghadapi segala situasi dan kondisi begitu juga dalam menyelesaikan segala persoalan yang dilakukan dengan penuh tanggung jawab. Selain itu rasa percaya diri yang dimiliki pada seseorang akan membuat dirinya mampu mengekspresikan dirinya secara maksimal tanpa merasa takut atau minder.

2. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri

Menurut Lauster aspek-aspek yang terkandung dalam kepercayaan diri antara lain :⁷⁵

⁷³ Iffa Dian Pratiwi, Hermien Laksmiwati, “Kepercayaan Diri dan Kemandirian Belajar Pada Siswa SMA Negeri X”, Jurnal Psikologi Teori dan Terapan, Vol. 7, No. 1, 2016, hlm. 44-45

⁷⁴ Mufydatush Sholihah A, “Solusi Terhadap Problem Percaya Diri (Self Confidence)”, Jurnal Al Ghazali, Vol. 4, No. 1, 2021, hlm. 33-34

⁷⁵ Syaipul Amri, “Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa SMA Negeri 6 Kota Bengkulu”, Jurnal

1) Keyakinan akan Kemampuan diri.

Sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa mengerti sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.

2) Optimis

Sikap positif seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuannya.

3) Objektif

Orang yang percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.

4) Bertanggung jawab.

Kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadikonsekuensinya.

5) Rasional dan Realistis

Yaitu analisa terhadap suatu masalah, suatu hal, suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Guilford yang dikutip oleh Nathania dan Jehosua, mengemukakan bahwa kepercayaan diri dapat dinilai melalui tiga aspek yaitu (1) bila seseorang merasa kuat terhadap apa yang ia lakukan, (2) bila seseorang merasa dapat diterima oleh kelompoknya (merasa bahwa kelompoknya atau orang lain menyukainya), dan (3) bila seseorang percaya sekali pada dirinya sendiri serta memiliki ketenangan sikap, yaitu tidak gugup bila ia melakukan atau mengatakan sesuatu secara tidak sengaja dan ternyata hal itu salah.⁷⁶

Raflesia Vol. 03, No. 02, 2018, hlm. 161

⁷⁶ Nathania Longkutoy dan Jehosua Sinolungan, "Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kepercayaan Diri Siswa SMP Kristen Ranotongkor Kabupaten Minahasa", Jurnal e-Biomedik, Vol. 3, No. 1, 2015, hlm. 94

Menurut Kumara yang dikutip oleh Antini dan dkk, menyatakan bahwa aspek-aspek kepercayaan diri yaitu kemampuan menghadapi masalah, bertanggung jawab, kemampuan dalam bergaul dan kemampuan menerima kritik.⁷⁷

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kepercayaan diri yaitu meliputi yakin terhadap diri sendiri, dapat bertanggung jawab, bersikap positif, mudah bergaul dengan lingkungan dan dapat berfikir rasional.

3. Ciri-ciri individu yang memiliki kepercayaan diri

Menurut Lauster tentang kepercayaan diri mengemukakan ciri-ciri orang yang percaya diri, yaitu :⁷⁸

- 1) Percaya pada kemampuan sendiri yaitu suatu keyakinan atas diri sendiri terhadap segala fenomena yang terjadi yang berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengevaluasi serta mengatasi fenomena yang terjadi tersebut.
- 2) Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan yaitu dapat bertindak dalam mengambil keputusan terhadap diri yang dilakukan secara mandiri atau tanpa adanya keterlibatan orang lain dan mampu untuk meyakini tindakan yang diambil.
- 3) Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri yaitu adanya penilaian yang baik dari dalam diri sendiri, baik dari pandangan maupun tindakan yang dilakukan yang menimbulkan rasa positif terhadap diri dan masa depannya.
- 4) Berani mengungkapkan Pendapat. Adanya suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin

⁷⁷ Ni Kadek Ayu Antini, dkk, “Pengaruh Metode Show and Tell Terhadap Kepercayaan Diri Anak Kelompok A Taman Kanak-Kanak Gugus VII Kecamatan Buleleng”, Journal Undiksha, Vol. 7, No. 2, 2019, hlm. 141-142

⁷⁸ Sri Wahyuni, “Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Psikologi”, Psikoborneo Vol. 1, No. 4, 2013, hlm. 222-223

diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan atau rasa yang dapat menghambat pengungkapan tersebut.

Menurut Mardatillah seseorang yang memiliki kepercayaan diri tentunya memiliki ciri-ciri yakni (1) Mengenal dengan baik kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya lalu mengembangkan potensi yang dimilikinya; (2) Membuat standar atas pencapaian tujuan hidupnya lalu memberikan penghargaan jika berhasil dan bekerja lagi jika tidak tercapai; (3) Tidak menyalahkan orang lain atas kekalahan atau ketidakberhasilannya namun lebih banyak introspeksi diri sendiri; (4) Mampu mengatasi perasaan tertekan, kecewa, dan rasa ketidakmampuan yang menghinggapinya; (5) Mampu mengatasi rasa kecemasan dalam dirinya; (6) Tenang dalam menjalankan dan menghadapi segala sesuatunya; (7) Berpikir positif; dan (8) Maju terus tanpa harus menoleh kebelakang.⁷⁹

Selain itu menurut Darajat, individu yang memiliki kepercayaan diri ditandai oleh beberapa ciri, antara lain: tidak memiliki rasa ragu atau rendah diri, tidak takut menjalin hubungan baru dengan orang lain, tidak suka mengkritik, aktif dalam interaksi sosial dan pekerjaan, tidak mudah tersinggung, berani mengemukakan pendapat, berani mengambil tindakan, dapat mempercayai orang lain, serta selalu bersikap optimis.⁸⁰

Dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri individu yang memiliki kepercayaan diri ditandai dengan mengenal dengan baik kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya, bersikap mandiri, dapat berfikir positif, berani mengungkapkan pendapat, tidak mudah tersinggung, mampu mengatasi rasa kecemasan yang ada dalam dirinya dan selalu

⁷⁹ Asrullah Syam dan Amri, “Pengaruh Kepercayaan Diri (*Self Confidence*) Berbasis Kaderisasi IMM Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa”, *Jurnal Biotek*, Vol. 5, No. 1, 2017, hlm. 92

⁸⁰ Amandha Unzila, D, Ifdil, “Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri” *Jurnal Educatio*, Vol.2, No.2, 2016, hlm.47

yakin dengan kemampuan dirinya sendiri.

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Menurut Lauster dikutip oleh Erma ada dua faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri, yaitu faktor internal dan faktor eksternal yang dijelaskan sebagai berikut:⁸¹

1) Faktor Internal

a) Konsep diri

Kepercayaan diri pada seseorang diawali konsep diri yang didapat dalam pergaulan di suatu kelompok. Konsep diri adalah kriteria tentang dirinya sendiri. Individu yang berakal rendah diri biasanya memiliki konsep diri negatif, sebaliknya orang yang konsep dirinya positif tidak akan merasa rendah diri.

b) Harga Diri

Harga diri adalah suatu penilaian yang dilakukan terhadap diri individu. Seseorang yang mempunyai harga diri tinggi akan menilai pribadi yang baik dengan rasional dan bagi dirinya serta mudah membuat hubungan dengan orang lain. Individu yang memiliki harga diri tinggi cenderung menganggap dirinya menjadi seseorang yang berhasil dibandingkan dengan orang lain serta percaya bahwa harga diri tinggi cenderung melihat dirinya sebagai individu yang berhasil, percaya bahwa usahanya mudah dalam melakukan sesuatu.

c) Penampilan fisik

Perubahan kondisi fisik juga mempengaruhi pada kepercayaan diri. Penampilan fisik merupakan penyebab

⁸¹ Erma Chyaning Arum, "Pengaruh dukungan sosial terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa keperawatan Purwokerto yang sedang magang di Rumah Sakit", Skripsi, (Universitas Muhammdiyah Purwokerto : Purwokerto, 2020), hlm.14-16

utama rendahnya harga diri dan percaya diri seseorang. Kelainan fisik yang dimiliki pada individu, seperti cacat anggota tubuh dalam kekurangan yang terlihat oleh individu lain, dengan sendirinya seseorang sangat merasakan kekurangan yang ada pada dirinya dibandingkan dengan individu lain.

d) Pengalaman hidup

Kepercayaan diri juga didapatkan dari pengalaman hidup individu karena pengalaman yang buruk sering menjadi sumber munculnya rasa tidak percaya diri berupa rasa tidak nyaman, kurangnya cinta dan kurangnya perhatian.

2) Faktor Eksternal

a) Pendidikan

Pendidikan dapat mempengaruhi kepercayaan diri individu. Pendidikan yang rendah cenderung menjadikan individu bergantung pada kekuasaan yang lebih pandai, sebaliknya seseorang yang pendidikan lebih tinggi cenderung akan menjadi mandiri dan tidak perlu bergantung pada orang lain

b) Pekerjaan

Rasa percaya diri timbul dengan melakukan kegiatan pekerjaan. Individu dapat mengembangkan kreativitas dan kemandirian dengan bekerja. Kepuasan di pekerjaan akan menimbulkan kemampuan untuk mengembangkan kemampuan dirinya.

c) Lingkungan

Lingkungan bisa disebut sebagai lingkungan keluarga dan masyarakat. Dukungan sosial yang diperoleh dari lingkungan keluarga seperti anggota keluarga yang

saling bersosialisasi dengan baik akan memberi rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi. Dalam hal ini juga dalam lingkungan masyarakat dapat berkembang dan diterima dengan baik oleh masyarakat.

Menurut Anthony juga terdapat dua faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri, yakni faktor internal dan faktor eksternal.⁸² Faktor internal diantaranya konsep diri, harga diri, kondisi fisik dan pengalaman hidup. Sedangkan faktor eksternal berasal dari pendidikan, lingkungan dan pengalaman hidup. Berbeda dengan Santrock yang mengungkapkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri diantaranya yakni penampilan fisik, konsep diri, hubungan dengan orang tua, dan hubungan dengan teman sebaya.⁸³

Dapat disimpulkan bahwa pada umumnya faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri yakni adanya konsep diri, harga diri, penampilan fisik, hubungannya dengan lingkungan dan pengalaman hidup.

C. Kekerasan dalam Rumah Tangga

1. Pengertian Kekerasan Dalam Rumah Tangga

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, “kekerasan” diartikan sebagai hal yang sifatnya berciri keras, perbuatan seseorang yang akan menyebabkan cedera atau meninggalnya orang lain atau menyebabkan kerusakan fisik. Dalam Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004 Pasal 1 menyebutkan Kekerasan Dalam Rumah Tangga merupakan setiap perbuatan terhadap seseorang terutama perempuan, yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, dan/ atau penelantaran rumah tangga termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan,

⁸² Selvian, Sari Yulinar, “Pengaruh *Self Image* dan *Penerimaan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Yang Mengunggah Foto Selfie di Media Sosial Instagram*”, Jurnal IKRAITH-Humaniora, Vol. 6, No. 1, 2022, hlm. 40-41

⁸³ Amandha Unzila, D, Ifdil, “*Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri*” Jurnal Educatio, Vol.2, No.2, 2016, hlm.45

pemaksaan atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dan lingkup rumah tangga.⁸⁴

Kekerasan terutama kekerasan dalam rumah tangga merupakan pelanggaran hak asasi manusia dan kejahatan terhadap martabat kemanusiaan serta merupakan bentuk diskriminasi. Kekerasan dalam bentuk apapun dan dilakukan dengan alasan apapun merupakan bentuk kejahatan yang tidak dapat dibenarkan. Menurut Kramarae & Treichler, kekuatan patriakal yang ada karena adanya budaya serta nilai dari masyarakat membuat perempuan menjadi korban dalam kekerasan domestik. Sehingga biasanya yang menjadi korban KDRT merupakan pihak perempuan ataupun istri, dan tidak jarang pula korban dari kekerasan rumah tangga adalah anak⁸⁵

Istilah Kekerasan Dalam Rumah Tangga sebagaimana ditentukan pada Pasal 1 angka 1 Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga (UU PKDRT) tersebut seringkali disebut dengan kekerasan domestik. Kekerasan domestik sebetulnya tidak hanya menjangkau hubungan antara suami dengan istri dalam rumah tangga, namun termasuk juga kekerasan yang terjadi pada pihak lain yang berada dalam lingkup rumah tangga atau yang didalamnya terdapat hubungan keluarga, antara pelaku dan korbannya memiliki kedekatan tertentu. Tercakup disini penganiayaan terhadap istri, mantan istri, tunangan, anak kandung atau anak tiri, penganiayaan terhadap orangtua, serangan seksual, atau perkosaan oleh anggota keluarga.⁸⁶

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa KDRT merupakan segala bentuk tindakan kekerasan yang terjadi terhadap lawan jenis, namun biasanya perempuan lebih banyak menjadi korban

⁸⁴ Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004 Pasal 1,

<https://ditjenpp.kemenkumham.go.id> diakses Selasa, 05 September 2023

⁸⁵ Theresia Vania Radithya,dkk, “Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Kekerasan Dalam Rumah Tangga”, Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik, Vol. 2, No. 2, 2020, 113-114

⁸⁶ Sartika Dewi, “Perlindungan Hukum Terhadap Korban KDRT Dihubungkan Dengan UU Kesehatan No.36 Tahun 2009”, Jurnal Sehat Masada, Vol. 14, No. 2, 2020, hlm. 126

dari pada menjadi pelaku. Biasanya posisi perempuan yang hanya berprofesi sebagai ibu rumah tangga semakin hari mereka akan melakukan tugas yang berat, dan disisi lain rentan akan resiko terjadinya kekerasan dalam rumah tangga.⁸⁷ Kekerasan dalam rumah tangga sendiri mengakibatkan timbulnya penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, atau penelantaran rumah tangga pada korban KDRT.

2. Bentuk-Bentuk Kekerasan Dalam Rumah Tangga

Menurut pasal 5-9 Undang-Undang PKDRT No. 23 Tahun 2004, dinyatakan bahwa bentuk-bentuk KDRT, diantaranya :⁸⁸

- 1) Kekerasan fisik, yaitu perbuatan yang mengakibatkan rasa sakit, jatuh sakit atau luka berat. Dalam konteks relasi personal, bentuk-bentuk kekerasan fisik yang dialami perempuan korban mencakup, antara lain, tamparan, pemukulan, penjambakan, menginjak-injak, penendangan, pencekikan, lemparan benda keras, penyiksaan menggunakan benda tajam, seperti pisau, gunting, setrika serta pembakaran.
- 2) Kekerasan psikis, yaitu perbuatan yang mengakibatkan ketakutan, hilangnya rasa percaya diri, hilangnya kemampuan untuk bertindak, rasa tidak berdaya, dan/atau penderitaan psikis berat pada seseorang. Bentuk kekerasan secara psikologis yang dialami perempuan mencakup makian, penghinaan yang berkelanjutan untuk mengecilkan harga diri korban, bentakan dan ancaman yang diberi untuk memunculkan rasa takut. Pada umumnya kekerasan psikologis ini terjadi dalam konteks relasi

⁸⁷ Ulin Nihayah, “Komunikasi Interpersonal, Solusi Alternatif Mengatasi Kejenuhan Rutinitas Ibu Rumah Tangga” Sawwa : Jurnal Studi Gender, 11 (2), 2016, hlm. 255

⁸⁸ Bentuk-bentuk KDRT menurut Pasal 5 UU RI No. 23 Tahun 2004.

<https://komnasperempuan.go.id/instrumen-modul-referensi-pemantauan-detail/menemukenali-kekerasan-dalam-rumah-tangga-kdrt>, diakses Jumat, 24 November 2023

personal.

- 3) Kekerasan seksual, yaitu pemaksaan hubungan seksual yang dilakukan terhadap orang dalam lingkup rumah tangga tersebut dan pemaksaan hubungan seksual terhadap salah seorang dalam lingkup rumah tangganya dengan orang lain untuk tujuan komersial dan/atau tujuan tertentu.
- 4) Penelantaran rumah tangga, yaitu menelantarkan orang dalam lingkup rumah tangganya, padahal menurut hukum yang berlaku baginya atau karena persetujuan atau perjanjian ia wajib memberikan kehidupan, perawatan, atau pemeliharaan kepada orang tersebut. penelantaran juga berlaku bagi setiap orang yang mengakibatkan ketergantungan ekonomi dengan cara membatasi dan/atau melarang orang bekerja yang layak di dalam atau di luar rumah sehingga korban berada di bawah kendali orang tersebut.

Menurut Mansour Fakih yang dikutip oleh Imroatus Sa'adah juga menerangkan berbagai bentuk-bentuk KDRT serta wujud kesalahan yang dapat dikategorikan sebagai KDRT, seperti :⁸⁹

- 1) Kekerasan fisik

Aksi pemukulan serta serbuan raga yang terjalin di rumah tangga (*domestic violence*). Dalam kasus ini berawal dari kekerasan psikologis dan ekonomi. Misalnya istri mendatangi tempat mangkal suami berjudi, sehingga hal ini mengakibatkan suami marah dan bertengkar yang akhirnya sampai padakekerasan fisik.

- 2) Kekerasan psikologis

⁸⁹ Imroatus Sa'adah, "KDRT Dalam Perspektif Hadis", El-Nubuwwah : Jurnal Studi Hadis, Vol. 1, No. 1, 2023, hlm. 110-111

Kekerasan psikologis merupakan bentuk kekerasan paling berat yang dialami oleh semua perempuan dalam kasus kdrt. Akibatnya, mereka mengalami beban psikologis berupa penderitaan karena harus menanggung rasa malu di hadapan masyarakat sekitar akibat perilaku suami mereka. Hal ini kemudian memicu munculnya berbagai penderitaan lain yang saling bertumpuk.

3) Kekerasan seksual

Kekerasan dalam bentuk pemerkosaan terhadap perempuan terjadi ketika ada unsur paksaan atau tekanan terhadap seorang wanita untuk melakukan hubungan intim tanpa persetujuan. Ketidaksediaan ini seringkali tidak bisa diungkapkan karena berbagai faktor, seperti rasa takut, malu, keterpaksaan, dan lain-lain.

4) Kekerasan ekonomi

Kebiasaan suami yang gemar berjudi akhirnya membuatnya tidak memikirkan nafkah untuk istri dan anak-anaknya, yang kemudian menyebabkan ketidakjujuran suami. Karena terlalu asyik berjudi, suami hanya memberikan sepertiga penghasilannya atau bahkan terkadang tidak memberi sama sekali. Dalam kasus ini, hal tersebut menggambarkan penindasan dan ketidakberdayaan perempuan dalam menghadapi suaminya.

Dapat disimpulkan bahwa bentuk-bentuk Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) yakni diantaranya kekerasan fisik, kekerasan psikologis, kekerasan seksual dan kekerasan dalam bentuk ekonomi.

3. Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya KDRT

Sedikitnya ada dua faktor penyebab KDRT adalah *Pertama*, faktor internal akibat melemahnya kemampuan adaptasi setiap anggota keluarga diantara sesamanya, sehingga cenderung bertindak diskriminatif dan eksploitatif terhadap anggota keluarga yang lemah. *Kedua*, faktor eksternal akibat dari intervensi lingkungan di luar keluarga yang secara langsung atau tidak langsung mempengaruhi sikap anggota keluarga, yang terwujud dalam sikap eksploitatif terhadap anggota keluarga lain, khususnya terjadi terhadap perempuan dan anak.⁹⁰

Sesungguhnya kekerasan yang dialami seseorang khususnya istri dalam hidup berumah tangga bukan tanpa alasan ataupun penyebab. Banyak wanita diluar yang menerima kekerasan karena beberapa alasan. Menurut Kurniawati dikutip oleh Pemil Ari menjelaskan bahwa faktor penyebab kekerasan dalam rumah tangga disebabkan oleh :⁹¹

- 1) Masyarakat yang hidupnya tidak berkecukupan (faktor ekonomi), yaitu tuntutan pemenuhan kebutuhan hidup mengakibatkan sering terjadinya kekerasan. Kebutuhan hidup dapat berupa sandang pangan atau kesulitan keuangan untuk pendidikan anak-anak, hal ini tidak menutup kemungkinan terjadi perbuatan semena-mena dalam rumah tangga.
- 2) Rasa cemburu yang berlebihan dari pihak istri maupun suami sehingga hal ini dapat menimbulkan keributan dalam rumah tangga. Kekhawatiran istri atau suami akan terjadinya perselingkuhan diantara mereka menjadi penyebab pertengkaran diantara mereka, dengan demikian kekerasan

⁹⁰ Rochmat Wahab, *Kekerasan Dalam Rumah Tangga: Perspektif Psikologis dan Edukatif*. Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) 2010.

⁹¹ Pemil Ari Meira, "*Analisis faktor-faktor KDRT terhadap istri dilihat dari Undang-Undang No.23 Tahun 2004 di Kecamatan Paal Merah Kota Jambi*", Skripsi, (Universitas Jambi : Jambi, 2021) hlm.25-26

sering terjadi dalam rumah tangga mereka.

- 3) Emosi yang berlebihan atau sifat keras dari suami menyebabkan sering terjadinya pemukulan yang dilakukan oleh suami kepada istrinya sehingga menimbulkan luka memar pada bagian tubuh si istri

Menurut Pangemanan, faktor-faktor terjadinya kekerasan terhadap perempuan dalam rumah tangga khususnya yang dilakukan oleh suami terhadap istri diantaranya :⁹²

- 1) Adanya hubungan kekuasaan yang tidak seimbang antara suami dan istri. Budaya patriarki membuat laki-laki atau suami berada dalam tingkat kekuasaan yang lebih tinggi daripada perempuan atau istri, sehingga perempuan tidak jarang ketika sudah menikah dianggap sebagai milik suaminya. Hal tersebut menimbulkan ketimpangan dalam hubungan karena suami memiliki kuasa lebih terhadap istrinya dibandingkan istrinya sendiri.
- 2) Ketergantungan ekonomi. Pendidikan dan Budaya patriarki yang sudah menjadi bagian dalam masyarakat memberikan pandangan bahwa seorang istri memang seharusnya bergantung pada suami. Fenomena ini tidak jarang membuat sebagian istri tidak terbiasa mandiri atau berdaya secara ekonomi, sehingga ketika terjadi KDRT membuat istri harus bertahan. Perilaku seperti ini juga membuat suami merasa memiliki kuasa lebih akan ketidak berdayaan istrinya.
- 3) Kekerasan sebagai alat untuk menyelesaikan konflik. Kekerasan terhadap istri terjadi biasanya dilatar belakangi oleh ketidak sesuaian harapan dengan kenyataan suami. Fenomena ini juga masih menjadi salah satu dasar budaya

⁹² Rosma Alimi, Nunung Nurwati, “*Faktor Penyebab Terjadinya KDRT Terhadap Perempuan*”, JPPM, Vol. 2, No. 1, 2021, hlm. 23-24

dalam masyarakat bahwa jika perempuan atau istri tidak menurut, maka harus diperlakukan secara keras agar ia menjadi penurut.

- 4) Persaingan. Persaingan antara suami dan istri terjadi akibat ketidak setaraan antara keduanya untuk saling memenuhi keinginan masing-masing, baik dalam pendidikan, pergaulan, penguasaan ekonomi, keadaan lingkungan kerja dan masyarakat dapat menimbulkan persaingan yang dapat menimbulkan terjadinya KDRT.
- 5) Frustrasi. Frustrasi timbul akibat ketidak sesuaian antara harapan dan kenyataan yang dirasakan oleh suami. Hal ini biasa terjadi pada pasangan yang belum siap kawin, suami belum memiliki pekerjaan dan penghasilan tetap yang mencukupi kebutuhan rumah tangga, dan masih serba terbatas dalam kebebasan. Dalam kasus ini biasanya suami mencari pelarian kepada mabuk-mabukan dan perbuatan negatif lain yang berujung pada pelampiasan berbentuk kekerasan terhadap istrinya.

Dari pernyataan di atas dapat dikatakan bahwa ada beragam penyebab kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), mulai dari faktor internal maupun eksternal. Tak jarang kasus KDRT berakhir pada perceraian hingga berakhir pada sebuah tragedi hingga merenggut nyawa yang menjanjikan kurungan jeruji besi bagi siapa saja yang dengan sengaja melakukan kekerasan dalam rumah tangga.

5. Dampak Kekerasan dalam Rumah Tangga

Kasus tindak kekerasan merupakan masalah serius. Akibat yang ditimbulkan juga berdampak luas. Misalnya cacat, trauma, stress, timbul konflik bahkan pembunuhan, serta bagi anak dapat mengganggu proses tumbuh kembang. Dampak KDRT terhadap perempuan dapat

dibedakan menjadi 2 yakni, dampak jangka pendek dan dampak jangka panjang. *Pertama*, dampak jangka pendek biasanya berdampak secara langsung seperti luka fisik, cacat, kehamilan, hilangnya pekerjaan, dan lain sebagainya. *Kedua*, dampak jangka panjang biasanya berdampak dikemudian hari bahkan berlangsung seumur hidup.⁹³ Biasanya korban mengalami gangguan psikis (kejiwaan), hilangnya rasa percaya diri, mengurung diri, trauma dan muncul rasa takut hingga depresi. Berdasarkan kedua hal dampak tersebut, hal yang dikhawatirkan adalah munculnya kekerasan lanjutan. Hal ini dapat diartikan bahwa korban yang tidak tertangani dengan baik dikhawatirkan menjadi pelaku kekerasan dikemudian hari sebagai bentuk pelampiasan trauma masa lalu.

Menurut Emi Sutrisminah dalam penelitiannya mengungkapkan, dampak KDRT juga berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi. Perempuan terganggu kesehatan reproduksinya bila pada saat tidak hamil mengalami gangguan menstruasi dapat mengalami penurunan libido dan ketidakmampuan mendapatkan orgasme.⁹⁴ Sedangkan pada saat hamil, dapat terjadi kegugurana atau abortus, persalinan formatur dan bayi meninggal dalam rahim. Dampak lain yang juga mempengaruhi kesehatan organ reproduksi istri dalam rumah tangga diantaranya adalah perubahan pola pikir, emosi dan ekonomi keluarga.

Kekerasan Dalam Rumah Tangga bisa menimpa atau dialami oleh siapapun baik pada perempuan atau laki-laki, mulai dari anak kecil, orang dewasa bahkan orang tua. Dimana kekerasan psikis ini memiliki dampak yang berbeda dengan bentuk kekerasan lain karena dampaknya lebih banyak tidak terlihat secara kasat mata seperti halnya

⁹³ Agung Budi Santoso, “Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) Terhadap Perempuan: Perspektif Pekerjaan Sosial”, Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam, Vol. 10, No. 1, 2019, hlm. 49-50

⁹⁴ Emi Sutrisminah, “Dampak Kekerasan Pada Istri Dalam Rumah Tangga Terhadap Kesehatan Reproduksi”, Jurnal Unissula, Vol. 50, No. 127.

kekerasan seksual dan kekerasan fisik yang bisa ditandai dengan sakit fisik atau cukup ditandai adanya luka, lebam-lebam atau memar pada bagian tubuh tertentu. Namun tidak dengan kekerasan psikis, perilaku konkret yang umumnya ditampilkan korban sebagai perwujudan dampak psikis dari kekerasan yang ia alami. Ketakutan, hilangnya rasa percaya diri, hilangnya kemampuan untuk bertindak, rasa tidak berdaya, dan/atau penderitaan psikis berat dapat tampil dalam perilaku-perilaku berikut ini :⁹⁵

- 1) Kehilangan minat untuk merawat diri, yang tampil dalam perilaku menolak atau enggan makan/minum, makan tidak teratur, malas mandi atau berdandan.
- 2) Kehilangan minat untuk berinteraksi dengan orang lain, yang tampil dalam perilaku mengurung diri di kamar, tidak mau berhubungan dengan orang lain, cenderung diam.
- 3) Perilaku depresif, tampil dalam bentuk pandangan mata kosong seperti menatap jauh ke depan, murung, banyak melamun, mudah menangis, sulit tidur atau sebaliknya terlalu banyak tidur, dan berpikir tentang kematian.
- 4) Terganggunya aktivitas atau pekerjaan sehari-hari, seperti sering menjatuhkan barang tanpa sengaja, kurang teliti dalam bekerja yang ditunjukkan dengan banyaknya kesalahan yang tidak perlu, sering datang terlambat atau tidak masuk bekerja, tugas-tugas terlambat tidak sesuai tenggat waktu.
- 5) Ketidakmampuan melihat kelebihan diri, tidak yakin dengan kemampuan diri, dan kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain yang dianggapnya lebih baik.
- 6) Kehilangan keberanian untuk melakukan tindakan yang

⁹⁵ Erwin Asmadi, "Peran Psikiater Dalam Pembuktian Kekerasan Psikis Pada Korban Tindak Pidana KDRT", *Jurnal Ilmu Hukum*, Vol. 3, No. 1, 2018, hlm. 43-44

ditunjukkan dengan tidak berani mengungkapkan pendapat atau tidak berani mengingatkan pelaku jika bertindak salah.

- 7) Stres pasca trauma, yang tampil dalam bentuk mudah terkejut, selalu waspada, sangat takut bila melihat pelaku, orang yang mirip pelaku, benda-benda atau situasi yang mengingatkan akan kekerasan, gangguan kilas balik (flash back) seperti tiba-tiba disergap bayangan kejadian yang telah dialami, mimpi-mimpi buruk dan atau gangguan tidur.
- 8) Kebingungan-kebingungan dan hilangnya orientasi, yang tampil dalam bentuk merasa sangat bingung, tidak tahu hendak melakukan apa atau harus bagaimana melakukannya.
- 9) Menyakiti diri sendiri atau melakukan percobaan bunuh diri.
- 10) Perilaku berlebihan dan tidak lazim seperti tertawa sendiri, bercakap-cakap sendiri, terus berbicara dan sulit dihentikan.
- 11) Perilaku agresif, seperti menjadi kasar atau mudah marah terhadap anak/pekerja rumah tangga/staf atau rekan kerja.

Berdasarkan penjelasan dampak kekerasan psikis di atas perlu dipahami dalam arti ada perubahan perilaku dari yang tadinya tidak pernah atau hanya sedikit ditampilkan menjadi mulai ditampilkan atau sering tampil pada diri korban.

D. Urgensi Konseling Kelompok untuk Membentuk Kepercayaan Diri Pada Perempuan Korban KDRT

Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) menjadi salah satu kasus yang paling banyak terjadi diseluruh wilayah Indonesia saat ini. Bahkan bisa dikatakan sebagai budaya dikarenakan banyaknya kasus KDRT dalam kehidupan masyarakat Indonesia.⁹⁶ Tidak satu wilayah saja yang kasus

⁹⁶ Putri Ayu Aulia, “Budaya Kekerasan Dalam Rumah Tangga dan Patriarki Terhadap Perempuan Serta Upaya Perlindungannya”, <https://doi.org/10.5281/zenodo.7998460>, diakses : 02 Agustus 2024

kekerasan dalam rumah tangganya tinggi, tetapi seluruh Indonesia. Bahkan terus meningkat disetiap tahunnya. Pernikahan seharusnya dapat membuat suami dan istri merasa nyaman satu sama lainnya. Dalam kenyataannya, banyak pasangan yang tidak berhasil mewujudkan tujuan pernikahan tersebut. Salah satu penyebab kegagalan tersebut adalah kekerasan dalam rumah tangga (KDRT).

Kekerasan dalam lingkup rumah tangga adalah suatu tindakan yang melanggar prinsip-prinsip hak asasi manusia, dan mewakili bentuk kejahatan yang merendahkan derajat kemanusiaan, sekaligus mencerminkan perilaku diskriminatif. Perilaku kekerasan dalam lingkup rumah tangga merujuk pada tindakan yang dilakukan oleh seorang pria (suami) terhadap seorang wanita (istri), yang menghasilkan dampak penderitaan baik dalam bentuk fisik, mental, maupun seksual, serta termasuk pengabaian tanggung jawab rumah tangga. Ini juga mencakup ancaman untuk melakukan tindakan paksa, pemaksaan, atau melanggar hak bebas secara ilegal dalam lingkungan rumah tangga.⁹⁷

Dampak negatif dari kekerasan dalam rumah tangga ini dapat mengganggu kesehatan baik secara fisik, psikis, kekerasan ekonomi, maupun kekerasan seksual.⁹⁸ Dampak fisik akibat tindak kekerasan dalam rumah tangga antara lain dapat menyebabkan perempuan mengalami luka, memar, kulit yang tersayat, luka bakar, patah tulang, kelainan syaraf, cacat seumur hidup, bahkan dapat berujung pada kematian. Dampak secara psikis dapat menyebabkan gangguan emosi seperti kecemasan, merasa dipermalukan, merasa marah tapi tidak dapat berbuat apa-apa, tertekan, tidak berdaya, perasaan rendah diri, hilang kepercayaan diri, menyesali dan membenci dirinya sendiri, sampai pada depresi dan gangguan kejiwaan.

Korban kekerasan dalam rumah tangga ini perlu mendapatkan

⁹⁷ Indah Lestari, “*Konseling Kasus Kekerasan Dalam Rumah Tangga di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak Kabupaten Jember*”, Skripsi, (UIN Kiai Haji Achmad Siddiq : Jember, 2023), hlm.32

⁹⁸ Afifah Atsari, Y.F La Kahija, “*Makna Kekerasan Dalam Rumah Tangga Bagi Istri : Sebuah Studi Interpretative Phenomenological Analysis*”, Jurnal Empati, 3,4, (2015), 3

perlindungan baik secara hukum maupun sosialnya. Untuk mengatasi, mengurangi dan mencegah permasalahan tersebut maka diperlukan peran keluarga, meliputi ayah, ibu dan anak sedangkan lingkungan sosial bisa teman, tetangga, pemerintah bahkan lembaga masyarakat yang meliputi pihak-pihak professional seperti konselor melalui kegiatan konseling kelompok.

Konseling kelompok memiliki urgensi dalam konteks pengembangan dan pemahaman terkait kekerasan terhadap perempuan khususnya dalam ruang lingkup rumah tangga. Konseling kelompok dapat digunakan sebagai pemecahan masalah, memberikan motivasi pada korban untuk melakukan suatu perubahan dengan menggunakan potensi yang dimilikinya, membentuk kepercayaan dirinya, dan mengembangkan sikap serta keberanian sosial para korban. Kepercayaan diri berkembang dan terbentuk melalui interaksi individu dengan orang lain melalui penghargaan, penerimaan, dan respon sikap yang baik dari orang lain secara terus menerus.⁹⁹ Melalui konseling kelompok membantu para korban menghasilkan respek terhadap diri, menganggap diri sendiri berharga, tidak menghendaki sempurna dalam diri atau lebih baik dari orang lain, tetapi juga tidak berfikir buruk pada diri, mengakui secara realistis keterbatasan interpersonal yang dimiliki. Korban kdrt yang berhasil melewati tantangan dalam mengembangkan kepercayaan dirinya dapat menjadi sumber inspirasi bagi orang lain yang mengalami kondisi serupa. Mereka juga cenderung selalu berpandangan positif terhadap segala sesuatu, lebih bahagia dalam menghadapi tuntutan lingkungan dan lebih suka berperan aktif dalam suatu kelompok sosial untuk mengekspresikan dirinya.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dipahami bahwa bantuan melalui konseling kelompok menjadi penting, karena melalui konseling kelompok para korban mampu menghargai dan menghormati diri sendiri. Hal ini juga menyadarkan mereka bahwa mereka tidak sendiri, mereka tidak

⁹⁹ Lia Amalia, “*STAIN Ponorogo Dengan Pelatihan Pengenalan Diri*”, Jurnal Kodifikasi, 8.2, (2014), 129

dikucilkan, dan mereka sangat berharga. Melalui kegiatan konseling kelompok yang mendukung dan memberikan pemahaman yang baik, mereka dapat merasa lebih percaya diri dalam menjalani kehidupan sehari-hari dan menghadapi berbagai situasi.

BAB III

GAMBARAN UMUM DAN HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Lembaga *Legal Resource Center* – Keadilan Jender dan Hak Asasi Manusia (Lrc-Kjham) Semarang.

1. Sejarah dan Perkembangan

Legal Resource Center–Keadilan Jender dan Hak Asasi Manusia (Lrc-Kjham) berawal dari pembentukan kelompok kerja dengan fokus untuk pembelaan hak-hak perempuan di wilayah Jawa Tengah. Pembentukan kelompok kerja ini di inisiasi oleh LBH Semarang – Yayasan LBH Indonesia yang kemudian dikenal dengan nama Kelompok Kerja untuk Keadilan Jender dan Hak Asasi Manusia atau K3JHAM pada tanggal 24 Juli 1999. K3JHAM bekerja dibawah yayasan SUKMA (Sekertariat Untuk Keadilan Jender dan Hak Asasi Manusia). Lrc-Kjham terletak di jalan Kauman Raya No.61 A, Palebon, Kec. Pedurungan, Kota Semarang, Jawa Tengah, 50246. Hotline Pengaduan 0856- 4118-0069, Telepon (024) 6715520, email: lrc_kjham2004@yahoo.com, website lrckjham.id.

Awal mula K3JHAM dikenal luas adalah saat merintis dan menyelenggarakan kegiatan kampanye 16 Hari Anti Kekerasan terhadap Perempuan pada tanggal 25 November – 10 Desember 2000. Rancangan ini lalu diadopsi ditingkat nasional dan dikordinasi oleh Komnas Perempuan, K3JHAM juga menjadi salah satu inisiatif penyusunan laporan bayangan atau laporan independent dari NGO untuk merespon laporan Pemerintah Indonesia kepada Komite CEDAW PBB.

K3JHAM bekerja secara efektif untuk membela hak-hak perempuan di ruang pengadilan dan di arena kebijakan publik, serta meningkatkan konseling bagi perempuan korban tindak kekerasan. K3JHAM juga menjalankan tanggung jawabnya untuk memperkuat cara kerja Bantuan Hukum Struktural (BHS) bagi kantor-kantor LBH-YLBHI dalam aspek keadilan jendel dan responsif pada hak-hak

perempuan miskin pada 2002. YLBHI menilai baik atas kerja Pada Tahun 2010 atas dukungan Yayasan TIFA, WRIA, dan FPAR telah dikembangkan untuk memperkuat permintaan hak atas kesehatan kelompok perempuan miskin, marjinal, dan rentan.

Pada tahun 2011-2012, dengan dukungan HIVOS, FPAR, dan WRIA, dikembangkan kebijakan untuk meningkatkan pelayanan bagi perempuan dan anak korban kekerasan. FPAR dan WRIA menjadi alat efektif dalam memperluas partisipasi perempuan dan memperbaiki kebijakan. Dukungan dari MAMPU Ausaid pada 2014 menghasilkan buku analisis anggaran untuk meningkatkan alokasi penanganan kasus di Jawa Tengah dan Yogyakarta.

LRC-KJHAM (*Legal Resources Center* untuk Keadilan Jender dan Hak Asasi Manusia) adalah organisasi yang bergerak bersama kelompok perempuan rentan, dan marjinal untuk pemajuan penghormatan, perlindungan dan pemenuhan hak asasi perempuan. Lembaga sosial masyarakat ini menyediakan layanan yang mana diantaranya adalah bantuan hukum, support psikologi untuk perempuan, juga fokus pada pendidikan, penelitian, advokasi kebijakan dan anggaran termasuk pendokumentasian pelanggaran hak asasi perempuan, kampanye dan pendidikan publik.

2. Tujuan

Adapun tujuan didirikannya Lrc-Kjham Semarang adalah:

- a. Menciptakan kelompok sosial yang berkaitan gender, yang didalamnya terdapat peraturan hukum dan pelaksanaannya menjamin kesamaan kesempatan bagi setiap orang.
- b. Menciptakana sistem hukum dan administrasi yang dapat menyuguhkan prosedur-prosedur dan lembaga-lembaga, dengan tujuan agar setiap jenis kelamin dapat memperoleh jalan masuk untuk memperoleh dan ikut menentukan setiap keputusan politik

sesuai dengan kepentingan mereka (Buku paduan Lrc-Kjham Semarang)

3. Visi dan Misi Lrc-Kjham Semarang

Menguatnya akses dan kontrol perempuan miskin rentan dan marginal terhadap sumber daya hukum dan HAM demi terwujudnya keadilan gender. Yang akan dicapai melalui Misi :

- a. Memperkuat akses perempuan miskin rentan marginal terhadap bantuan hukum yang berkeadilan Gender.
- b. Mengembangkan pengelolaan pengetahuan untuk mempromosikan hak asasi perempuan.
- c. Memperkuat gerakan perempuan sebagai gerakan perubahan sosial.
- d. Memperkuat akuntabilitas, manajemen dan tata kelola organisasi.

4. Program Kerja

Demi memperoleh isu strategis yang sesuai dengan keinginan kelembagaan maka dari itu Lrc-Kjham menjalankan kegiatan-kegiatan sebagai berikut :

- a. Melakukan pendampingan kasus kekerasan berbasis gender di Jawa Tengah menggunakan layanan konseling dan bantuan hukum.
- b. Menyediakan jaringan kerja kasus untuk menangani kasus-kasus berbasis gender.
- c. Menjalankan kampanye terkait advokasi kebijakan alternatif berperspektif gender melalui pelatihan jurnalisisme gender, pelatihan penegakan hukum berperspektif gender, kajian kebijakan terkait implementasi perjanjian internasional dengan penguatan hak-hak perempuan sebagai hak asasi manusia.
- d. Menyajikan informasi, dokumentasi kasus dan media kampanye dengan menggunakan pemberian referensi dan media kampanye.

- e. Menyediakan pengajaran darurat demi masyarakat korban bersama pengorganisasian buruh perempuan, buruh perempuan pabrik di Semarang, Ungaran, dan Solo, buruh tani/perkebunan di wilayah Kendal (Arsip buku panduan Lrc-Kjham Semarang).

5. Struktur Organisasi Lrc-Kjham Tahun 2022-2024

Lrc-Kjham bekerja di bawah Yayasan SUKMA (Sekretariat Untuk Keadilan Jender dan Hak Asasi Manusia), dengan struktur kelembagaan sebagai berikut.

Struktur Organisasi Lrc-Kjham Semarang		
No.	Nama	Jabatan
1.	Nur Laila Hafidhoh, M.Pd	Direktur Lrc-Kjham
2.	Witi Muntari, M.Pd	Kepala Internal
3.	Nihayatul Mukharomah, S.H, M.H	Kepala Operasioanl
4.	Nia Lishayati	Divisi Bantuan Hukum
5.	Lenny Ristiyani, S.Pd	Divisi Advokasi Kebijakan
6.	Citra Ayu Kurniawati	Divisi Informasi dan Dokumentasi
7.	Dhani Tri R, S.Kom	Admin
8.	Ribut Handayani, S.E	Pembukuan

Tabel 1 Struktur Organisasi Lrc-Kjham Semarang Tahun 2022-2024

6. Divisi-Divisi

a. Divisi Bantuan Hukum

Divisi ini bertujuan untuk meningkatkan akses perempuan terhadap keadilan.

- 1) Bantuan hukum beroperasi untuk memperkuat akses perempuan miskin, marjinal, dan rentan terhadap keadilan. Diskriminasi dan kemiskinan membuat mereka tidak mampu membayar

pengacara demi mendapatkan haknya.

- 2) Layanan konseling bagi perempuan korban: penyelesaian korban kekerasan, perdagangan orang, eksploitasi seksual, pekerja migrant perempuan juga dilakukan dengan konseling.
- 3) Reintegrasi sosial : dilaksanakan guna memulihkan atau merehabilitasi hak asasi korban.
- 4) *Support Group* - pemberdayaan untuk para survivor: selain bertujuan sebagai konseling kelompok untuk pemulihan psikologis survivor, penguatan organisasi survivor juga bertujuan untuk memperkuat solidaritas (*sister hood*) dan kapasitas mereka merebut kedaulatan atas diri dan hidupnya termasuk tentang seluruh kebijakan pemerintah yang berhubungan dengan perempuan.

b. Divisi Advokasi Kebijakan

Kerja-kerja divisi advokasi kebijakan adalah sebagai berikut :

1) Penguatan partisipasi sejati perempuan

Penguatan partisipasi sejati perempuan dimaksudkan untuk meningkatkan akses dan kontrol perempuan dalam perumusan kebijakan pemerintah melalui *Feminist Participatory Action Research* (FPAR) dan *Women's Rights Impact Assessment* (WRIA). Berdasarkan pengalaman Lrc-Kjham, FPAR dan WRIA telah terbukti menjadi alat yang efektif untuk memberdayakan, memperluas partisipasi serta mendorong perubahan kebijakan. Melakukan advokasi Sistem Peradilan Pidana Terpadu Penanganan Kekerasan Terhadap Perempuan (SPPT PKKTP) di Jawa Tengah dan terlibat dalam penguatan SPPT di tingkat Nasional.

2) Advokasi Anggaran Responsif Gender

Advokasi anggaran yang dimaksud Lrc-Kjham adalah spesifik untuk meningkatkan kapasitas pemerintah dalam menyediakan anggaran untuk melaksanakan seluruh kewajiban Pemerintah Indonesia berdasarkan Konvensi mengenai Penghapusan Segala Bentuk Diskriminasi terhadap Perempuan (CEDAW) atau CEDAW Budgeting.

3) Peningkatan Kapasitas Pemerintah

Penguatan kapasitas yang dimaksud adalah meningkatkan kemampuan pemerintah dalam memenuhi kewajibannya berdasarkan Instrumen Hak Asasi Manusia Internasional, khususnya Konvensi CEDAW. Ini dilakukan melalui pelatihan, workshop, seminar, dan studi kolaboratif. Lrc-Kjham fokus pada peningkatan kemampuan pemerintah dalam mengintegrasikan prinsip, norma, dan standar hak asasi perempuan ke dalam kebijakan perencanaan dan penganggaran.

4) Penelitian dan Pemberdayaan Melalui FPAR

FPAR adalah metode penelitian, pengorganisasian, dan pemberdayaan perempuan yang bertujuan agar kelompok perempuan miskin, marjinal, dan rentan dapat mengatasi masalah mereka dan memegang kendali atas perubahan untuk mewujudkan hak asasi mereka. Pemberdayaan ini mencakup peningkatan kesadaran terhadap penindasan perempuan, pemahaman hak asasi perempuan menurut hukum internasional dan nasional, serta penguatan kapasitas kelompok perempuan untuk membebaskan diri dari diskriminasi berdasarkan jenis kelamin, gender, ras, suku, keyakinan, agama, dan kebangsaan.

c. Divisi Informasi dan Dokumentasi

1) Monitoring kasus kekerasan terhadap Perempuan

Lrc-Kjham telah melakukan monitoring kasus kekerasan terhadap perempuan sejak 1999 dan mengembangkan sistem pendokumentasian berdasarkan instrumen hukum HAM internasional dan nasional. Mereka juga menyusun laporan tahunan dan melakukan kampanye publik untuk penghapusan kekerasan terhadap perempuan.

2) Laporan Tahunan tentang Kekerasan terhadap Perempuan

Hasil monitoring kasus dan kebijakan dalam advokasi hak asasi perempuan dianalisis dan dipublikasikan dalam laporan tahunan kekerasan terhadap perempuan. Laporan dan rekomendasi tersebut disampaikan kepada lembaga pemerintah terkait, seperti Kementerian Pemberdayaan Perempuan, Kementerian Hukum dan HAM, Kementerian Sosial, Kepolisian, Mahkamah Agung, Komnas HAM, Komnas Perempuan, dan Kantor Perwakilan PBB di Jakarta.

3) Kampanye dan Pendidikan Publik

Kampanye dan pendidikan publik untuk mendukung hak asasi perempuan di Indonesia dilakukan melalui berbagai media seperti poster, brosur, kaos, infografis, dan film dokumenter. Sejak pandemi Covid-19, Lrc-Kjham mengembangkan strategi kampanye online melalui diskusi di platform media sosial seperti Instagram dan Facebook.

4) Penggalangan Donasi Publik

Penggalangan donasi publik ini bertujuan memperkuat partisipasi masyarakat dalam mendukung gerakan penghapusan diskriminasi dan kekerasan terhadap perempuan. Donasi dilakukan secara berkala, seperti untuk korban rob, banjir, dan perempuan terdampak pandemi Covid-19, serta melalui program donasi

keadilan yang dipublikasikan di website. Lrc-Kjham juga mengembangkan donasi pakaian preloved sebagai bagian dari bisnis sosial "Preloved Sintas."

B. Proses Konseling Kelompok untuk Membentuk Kepercayaan Diri Pada Perempuan Korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang

1. Ciri-ciri individu yang memiliki kepercayaan diri

Kepercayaan diri sangat di perlukan dalam menjalani kehidupan individu yang memiliki kepercayaan lebih, mereka akan lebih yakin dengan dirinya, dapat dilihat dari keberanian, hubungan sosial dan tanggung jawab pada dirinya. Berikut adalah **ciri-ciri** individu yang memiliki kepercayaan diri ditandai dengan mengenal dengan baik kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya, bersikap mandiri, dapat berfikir positif, berani mengungkapkan pendapat, tidak mudah tersinggung, mampu mengatasi rasa kecemasan yang ada dalam dirinya dan selalu yakin dengan kemampuan dirinya sendiri. Secara lebih jelasnya berikut paparan terkait ciri-ciri kepercayaan diri pada korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang.

- a. Menenal dengan baik kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya.

Kesadaran diri yang tinggi terhadap kekuatan dan kelemahan pribadi. Korban KDRT mampu mengevaluasi diri secara objektif, sehingga mereka dapat memanfaatkan kelebihan dan mencari cara untuk mengatasi kekurangan. Berdasarkan hal tersebut dapat disampaikan oleh IK selaku informan.

“sekarang saya memang sudah lebih paham dengan diri saya sendiri mba, semenjak kejadian itu dan pengalaman yang mengajarkan saya” (Wawancara dengan ibu IK, 02 Agustus 2024)

Berdasarkan hasil wawancara yang disampaikan oleh IK bahwa sebelum dan sesudah dirinya bergabung, memang

memiliki perubahan dari sebelumnya dia belum mengerti tentang kelebihan dan kekurangan yang dirinya miliki. Sampai akhirnya dirinya mengetahui. Hal tersebut senada dengan yang disampaikan oleh ibu RB, dimana dirinya merasakan hal yang sama.

“memang mba sekarang saya mengetahui kelebihan dan kekurangan saya, sehingga saya lebih percaya diri.” (Wawancara dengan ibu RB, 02 Agustus 2024).

Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa informan mengalami perubahan dari tidak mengetahui kelebihan dan kekurangannya sampai mereka mengetahui, serta disampaikan bahwa keduanya lebih memiliki kepercayaan diri.

b. Bersikap mandiri,

Kemampuan untuk mengambil keputusan dan bertindak tanpa bergantung pada orang lain. Membangun kemandirian membantu korban merasa lebih berdaya dan mengurangi ketergantungan pada pelaku kekerasan. Hal tersebut disampaikan oleh informan mitra RH berikut:

“jujurnya saya lebih mandiri mba ketika saya dirini, awalnya saya tidak begitu mandiri, tapi setelah kejadian itu dan membuat saya lebih mandiri, apalagi saya dibantu oleh teman-teman disini dan diberikan konseling juga, itu yang membuat saya lebih percaya diri” (Wawancara dengan ibu RH, 02 Agustus 2024).

Berdasarkan hasil wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa kemandirian RH semakin bertambah ketika mendapatkan konselor dan bergabung serta di bimbing. Hal tersebut di sampaikan oleh konselor Nia hal ini menjadi salah satu kendala yang terjadi pada saat proses konseling dilakukan. Sebagaimana dalam wawancara berikut :

“benar sekali mbak, kemandirian mereka malah lebih bertambah dengan bergabung disini, bahkan ada beberapa kasus yang memang mereka belum mandiri, tapi setelah disini, mereka diberikan bimbingan, seperti

konseling, dan mereka nyaman sehingga mereka terbiasa dan lebih mandiri dan optimis” (Nia Lishayati, 16 Juli 2024)

Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa korban merasa mandiri ketika mereka bergabung di Lrc-Kjhm. Karena menurut konselor, mereka diberikan bimbingan dan arahan tentang kemandirian.

c. Berfikir positif

Berpikir positif memungkinkan korban untuk memfokuskan perhatian pada kemungkinan pemulihan dan masa depan yang lebih baik, daripada terjebak dalam pengalaman negatif. Hal tersebut di sampaikan oleh informan berikut :

“bersyukur mba, saya merasa lebih positif dan dapat mengendalikan pikiran saya ketika disini serta saya juga percaya diri” (Wawancara dengan ibu RB, 02 Agustus 2024).

Hal tersebut senada dengan yang disampaikan informan AL, dimana dirinya merasa lebih positif ketika bersama korban yang lain dan lebih senang karena merasa tidak sendiri.

“setelah kejadian itu terkadang saya berpikir hal yang tidak baik mba, tapi akhirnya saya memutuskan untuk disini, dan setelah berjalan saya merasa di sini saya merasa tidak sendiri karena ada teman-teman dan korban lain yang lebih peduli dan mengerti saya, sehingga saya lebih positif dan mengilangkan pikiran jelek saya yang sebelum bergabung dengan korban yang lainnya. ” (Wawancara dengan ibu AL, 27 Juli 2024).

d. Berani mengungkapkan pendapat

Kemampuan untuk menyampaikan pikiran dan perasaan tanpa takut penilaian. Ini menunjukkan bahwa korban merasa memiliki suara dan hak untuk berpartisipasi dalam diskusi, yang merupakan langkah penting menuju pemulihan. Berdasarkan hasil wawancara disampaikan oleh konselor Nia bahwa korban disini sudah berani mengutarakan dan mengungkapkan

pendapatnya, walaupun awalnya memang mereka lebih senang berdiam diri, tapi secara perlahan mereka lebih membuka diri, dan mau mengungkapkan pendapatnya, berikut hasil wawancara yang di sampaikan oleh konselor Nia.

“Alhamdulillah mbak, awalnya memang mereka tidak mau mengungkapkan pendapatnya, karena pada dasarnya mereka takut dan lebih suka berdiam diri, tapi perlahan kami memberikan konseling, alhamdulillah mereka membuka hati dan sekarang mereka sudah mau mengutarakan pendapat mereka.” (Nia Lishayati, 16 Juli 2024)

e. Tidak mudah tersinggung

Ketahanan emosional yang memungkinkan individu untuk tidak cepat terpengaruh oleh kritik atau situasi negatif. Ciri ini menunjukkan bahwa korban memiliki kontrol atas respons emosionalnya, yang membantu dalam mengelola stres dan tekanan. Hal tersebut dapat disampaikan berdasarkan hasil wawancara, bahwa AL merasa memang orangnya mudah tersinggung, akan tetapi dirinya lebih menahan emosi pada saat diberikan konseling di tempat tersebut. Berikut hasil wawancara yang disampaikan Al.

“saya mudah tersinggung mba, jadi saya tidak percaya diri ketika saya berkumpul,. Tapi setelah saya memutuskan disini mengikuti konseling dan diberikan bantuan, perlahan hati saya tidak lagi mudah emosi dan saya tidak mudah tersinggung. ” (Wawancara dengan ibu AL, 27 Juli 2024).

f. Mampu mengatasi rasa kecemasan yang ada dalam dirinya

Mengembangkan kemampuan untuk menghadapi dan mengelola perasaan cemas yang muncul akibat trauma dan pengalaman kekerasan. Banyak korban KDRT mengalami kecemasan tinggi yang berakar dari ketidakpastian, ketakutan, dan trauma emosional. Teknik seperti relaksasi, dukungan sosial, dan terapi perilaku kognitif dapat membantu mereka

mengenali pemicu kecemasan dan meresponsnya secara sehat, sehingga mendukung proses pemulihan. Hal tersebut disampaikan oleh ibu IK sebagai berikut :

“Dulu, saya sering merasa cemas setiap kali mengingat pengalaman buruk. Namun, setelah mengikuti sesi konseling, saya belajar cara menenangkan diri. Sekarang, ketika kecemasan muncul, saya bisa mengatasinya dengan lebih baik” (Wawancara dengan ibu IK, 02 Agustus 2024)

Menurut hasil wawancara yang disampaikan oleh IK bahwa sebelum dan sesudah dirinya bergabung, memang sering mengalami kecemasan setiap kali mengingat pengalaman tidak mengenakkan tapi setelah mengikuti konseling, IK merasa bahwa dirinya dapat mengatasi hal tersebut. Senada dengan yang disampaikan oleh ibu RB, dimana dirinya merasakan hal yang sama.

“cemas sekali mba saya, saya takut, dan tidak bisa mengatasinya sendiri, tapi teman teman selalu support saya disini.” (Wawancara dengan ibu RB, 02 Agustus 2024).

Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa informan mengalami perubahan dari cemas menjadi tidak cemas dan dapat mengatasinya. Sehingga proses pemulihan dirinya sudah tidak takut lagi dan tidak akan merasa cemas kembali.

g. Selalu yakin dengan kemampuan dirinya sendiri.

Kemampuan diri merupakan aspek penting bagi korban KDRT dalam proses pemulihan. Rasa percaya diri ini memungkinkan mereka untuk menghadapi tantangan dan mengambil keputusan yang positif, seperti meninggalkan hubungan yang berbahaya atau mencari dukungan. Dengan membangun keyakinan ini, korban dapat merasakan bahwa mereka memiliki kontrol atas hidup mereka, yang sangat penting untuk mengurangi ketergantungan pada pelaku kekerasan dan mempercepat proses pemulihan dari trauma. Hal

tersebut di sampaikan oleh RB selaku informan :

“Sebelumnya, saya merasa tidak berdaya dan takut mengambil keputusan. Sekarang, saya berani untuk mengatakan apa yang saya inginkan dan mencoba hal-hal baru. Itu semua berkat dukungan dan dorongan yang saya terima di kelompok.” (Wawancara dengan ibu RB, 02 Agustus 2024).

Berdasarkan hal tersebut Nia selaku konselor menanggapi bahwa awalnya mereka tidak yakin dengan diri sendiri akan tetapi secara berjalannya waktu mereka lebih yakin akan kemampuan dirinya, hal tersebut tidak terlepas dari bimbingan dan proses pelaksanaan disini, berikut hasil wawancara yang disampaikan Nia selaku Konselor.

“benar mbak, korban disini awalnya memang tidak yakin dengan kemampuan dirinya sendiri, karena memang trauma dan membuat mereka lebih tidak yakin dan tidak percaya diri, tapi sekarang setelah kami berikan konselor dan bimbingan, mereka lebih yakin dan lebih percaya diri mba” (Nia Lishayati, 16 Juli 2024)

Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa beberapa ciri terdapat pada kepercayaan diri informan korban kdrt di Lrc-Kjham. Proses tersebut tidak terlepas dari bimbingan dari konselor, sehingga yang awalnya mereka tidak memiliki ciri tersebut, sampai pada akhirnya mereka memiliki ciri tersebut yang menunjang kepercayaan diri pada mereka. Sehingga mereka tidak lagi trauma dna menyendiri. Hal tersebut tidak terlepas dari aspek- aspek kepercayaan diri.

2. Aspek-aspek kepercayaan diri

Hasil Kepercayaan diri pada perempuan korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang, bahwasannya esensi diri yang dikatakan memiliki kepercayaan diri yang utuh dapat dilihat dari lima aspek diantaranya yaitu keyakinan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistik :

a. Keyakinan akan Kemampuan diri.

Sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa mengerti sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya. Keyakinan akan kemampuan diri diartikan sebagai keyakinan seseorang mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Sebagaimana yang disampaikan oleh salah satu mitra (korban) dalam wawancaranya :

“Dari kegiatan konseling kelompok itu memang ngebantu saya banget ya mba. Karena dulu sebelum saya tau ada lembaga itu dan belum gabung kegiatan konseling kelompok, saya mengalami depresi berat, merasa bahwa saya itu terhina, terpuruk, sampe saya gak yakin bisa melewati cobaan ini. Rasanya seperti saya tidak dihargai, dikucilkan, tidak percaya diri, sampe takut bergaul sama lingkungan. Tapi setelah gabung dan ikut kegiatan disana saya selalu berusaha yakin sama diri sendiri mba, menanamkan dalam diri saya bahwa saya nih harus maju kedepan, menjalani hidup buat masa depan aja. Apalagi saya punya anak, mereka masih membutuhkan saya. Saya berusaha jadi pendamping anak yang baik, dan mereka harus ngelihat saya tersenyum, positif. Jangan sampe mereka ngelihat saya yang sekarang tuh ngedumel terus, nangis terus, terpuruk terus. Karena saya gamau bikin mereka sedih lagi, gamau bikin hati mereka sakit atau gak tenang. Saya sayang mereka, jadi saya berusaha untuk menata masa depan mereka sebaik mungkin, mencapai tujuan-tujuan hidup bersama mereka yang lebih baik (Wawancara dengan ibu AL, pada 27 Juli 2024).

Berdasarkan pernyataan mitra AL diatas menggambarkan bahwa mitra sudah mengalami perubahan setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok. Dirinya menjadi lebih yakin dengan diri sendiri dan berpegang pada prinsip untuk selalu maju mencapai tujuan di masa depan. Dengan kata lain mitra AL sudah bisa bangkit dari keterpurukannya dimasa lalu dan sela berusaha untuk yakin dengan kemampuan dirinya sendiri. Kemudian pada mitra

berikutnya yang bernama ibu IK merupakan salah satu anggota kelompok yang selalu aktif dalam pertemuan. Ia mengatakan bahwa dirinya merupakan pribadi yang selalu mempunyai keyakinan pada diri sendiri baik itu sebelum mengalami kdrt ataupun sesudahnya. Seperti yang ditunjukkan dalam pengakuannya berikut :

“Saya ngerasa walaupun pernah mengalami salah satu dari bentuk kdrt, itu gak bikin ngerubah apapun pada kepribadian saya. Dari sebelum dan sesudah pun saya selalu yakin mba sama diri sendiri, karena kalo kita gak percaya sama diri kita sendiri masa orang lain mau ada yang percaya sama kita. Sedangkan diri kita aja gak percaya sama diri sendiri. Kalo kita pengen dipercaya sama orang lain, ya kita harus percaya diri sendiri dulu” (Wawancara dengan ibu IK, 02 Agustus 2024)

Berdasarkan pengakuan mitra IK diatas menunjukkan bahwa aspek kemampuan akan diri sendiri diterapkan melalui prinsipnya jika ingin dipercaya oleh orang lain maka harus percaya dengan diri sendiri dulu. Sehingga keyakinan pada diri menjadi hal penting yang harus dilakukan dalam kehidupannya. Kemudian mitra yang bernama ibu RI juga menunjukkan kondisi kepercayaan dirinya melalui aspek keyakinan akan kemampuan diri melalui pengakuannya berikut :

“Iya mba namanya dulu baru ngalamin kdrt pasti ada perasaan takut, cemas, apalagi buat percaya diri rasanya jadi sedikit susah. Mau ngelakuin sesuatu ragu, kira-kira bisa ga ya? Kira-kira aku diterima ga ya? Malu gak ya buat diceritain? Banyak keraguan dalam diri sendiri. Tapi ternyata pas ikut konseling lambat laun saya jadi sadar, saya ngerasa terbantu, khususnya untuk yakin pada diri sendiri dulu. Karena kalo gak gitu saya pasti akan terlena dan terbayang-bayang dengan masa lalu itu. Terus saya buktikan juga sampe sekarang saya masih bisa bertahan hidup. Masih bisa bersama anak-anak utamanya, mencapai sedikit demi sedikit tujuan hidup bareng anak dan cucu” (Wawancara dengan ibu RI, 02 Agustus 2024)

Berdasarkan pengakuan mitra RI diatas menunjukkan aspek

keyakinan akan kemampuan diri mitra RI terlihat dengan dirinya bisa bertahan hidup dengan yakin akan kemampuannya bisa melewati kejadian yang pernah dirinya serta dapat menjalani hidup tanpa harus terikat dengan bayang-bayang masa lalunya. Hal ini dapat diketahui bahwa mitra RI sudah yakin dan menemukan kemampuan yang dimilikinya.

Kemudian pada mitra berikutnya yang bernama ibu RH selalu yakin bahwa kemampuan yang dimilikinya itu atas dasar pemberian dari Tuhan. Sehingga dalam menjalani hidup mitra RH selalu merasa yakin dengan kemampuannya sendiri dengan berlandaskan ajaran agama yang pegangnya. Sebagaimana yang disampaikan dalam wawancaranya :

“Jujur sejak saat saya ngalamin kdrt itu saya bingung banget, banyak banget pertanyaan yang muncul dalam pikiran saya. Pasti setiap korban kdrt awalnya punya pikiran sulit untuk menjalani hidup kedepannya. Tapi ternyata ketika kita sudah mulai pulih kita akan sadar ternyata kita bisa melewatinya. Begitupun saya yang yakin selalu diberikan kekuatan sama Allah. Saya sekarang bisa menjalani usaha sendiri, sambil kerja yang lain juga. Ya itu semua atas keyakinan yang saya miliki dan saya dapatkan dengan usaha sendiri melalui kegiatan konseling ditambah dengan bantuan yang diberikan oleh Allah. Balik lagi pada dasarnya yang memampukan saya selama ini hanya yang diatas. Jadi saya yakin untuk kedepannya saya bisa untuk mencapai tujuan hidup saya, sesuai dengan yang rencanakan Allah” (Wawancara dengan ibu RH, 02 Agustus 2024)

Berdasarkan penyampaian mitra RH diatas menunjukkan aspek keyakinan akan kemampuan diri ditunjukkan oleh mitra RH yang bisa bangkit menjalani hidup dengan bisnis yang dimilikinya dan pekerjaan lainnya yang bisa mitra lakukan dengan lancar atas dasar keyakinan yang dimilikinya, serta ajaran agama yang selalu jadi pegangan dalam kehidupannya.

b. Optimis

Sikap positif seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuannya. Pemikiran hal baik di masa yang akan datang adalah pemikiran individu yang optimis. Individu yang optimis akan berpikir semua yang akan terjadi di masa depan menumbuhkan hasil yang baik, selalu memiliki pikiran yang positif serta memberikan makna kepada semua hal yang telah terjadi dengan positif. Sebagaimana yang disampaikan oleh mitra RH setelah mitra mengalami kdrt, dirinya selalu yakin dan optimis bahwa kehidupannya pasti akan berubah jauh lebih baik dari masa lalunya. Hal ini menunjukkan bahwa mitra RH memiliki sikap optimis dan pandangan positif dari kejadian yang pernah menimpanya. Seperti yang digambarkan dalam pernyataan berikut :

“Saya gabung ke Lrc-Kjham dari tahun 2008 dan dari tahun itulah saya sudah mengalami kdrt kalo dihitunghitung hampir 16 tahun lamanya saya mengalami kejadian tersebut. Kenapa saya bertahan? Kenapa saya belum berani lapor ke pihak berwajib? Karena saya masih memikirkan anak-anak. Saya gak mau anak-anak punya bapak seorang narapidana. Pada saat itu saya bertanya-tanya apakah saya bisa melewatinya? Akan tetapi ketika saya sudah benar-benar tidak tahan dan ingin memutuskan berpisah, saya ditimpa cobaan lain dengan sakit yang cukup parah. Yang membuat saya tidak bisa mengurus dokumen perpisahan. Alhamdulillahnya tepat di satu tahun yang lalu, saya sudah sembuh dan segera mengurus terkait perpisahan itu. Tentunya atas dukungan dari anak-anak dan teman di Lrc-Kjham Semarang. Alhamdulillahnya juga saya masih punya iman, dan saya selalu inget pesan orang tua saya, bahwa jangan takut hidup susah di dunia karena kamu masih punya harapan bahagia di akhirat. Jadi pegangan saya kedepannya, yang bikin saya optimis ialah bahwa saya yakin saya masih punya harapan untuk bahagia hidup di akhirat” (Wawancara dengan ibu RH, 02 Agustus 2024).

Berdasarkan pernyataan diatas menunjukkan bahwa aspek optimis mitra RH terlihat dari cara mitra menyikapi kejadian yang pernah dialaminya. Setelah melewati beberapa waktu, mitra sudah bisa memotivasi dirinya sendiri untuk mau sembuh dari rasa sakitnya dan semangat untuk melanjutkan hidup kedepannya, serta selalu yakin dengan harapan hidup yang lebih bahagia.

Kemudian pada mitra RI menunjukkan kondisi kepercayaan dirinya pada aspek optimis sesuai dengan pengakuannya berikut :

“Sebelum saya ikut konseling kelompok tahun 2010, dulunya saya suka nangis-nangis sendiri, sekarang sudah tidak. Dulu sering ngedumel, memendam apa-apa sendiri sekarang udah tidak lagi. Apalagi untuk bercerita tentang kasus saya, benar-benar takut dan malu. Karena saya merasa bahwa permasalahan rumah tangga itu bersifat privasi. Saya juga tidak tau bahwa penelantaran rumah tangga atau tidak dinafkahi merupakan dari bentuk-bentuk dari kdrt. Saya taunya kdrt itu sekedar kekerasan aja kayak memukul. Seteleh ikut konseling kelompok ternyata benar-benar menambah wawasan saya. Saya juga menjadi bisa terbuka dan cerita ke orang yang saya percaya. Saya juga menjadi berani untuk berpendapat. Sehingga saya percaya, Inshaallah saya optimis dan bisa untuk melewati entah itu masalah atau cobaaan yang akan datang dikemudian hari. Karena saya yakin hingga detik ini ternyata saya bisa ngelewatin kejadian atau masalah yang kemaren. Maka ya insyaallah kedepannya pun pasti bisa saya lewatin. Yang penting jaga kesehatan diri sendiri, karena kalo badan kuat dan pikiran kita sehat, insyaallah bisa ngelewatin apapun itu” (Wawancara dengan ibu RI, 02 Agustus 2024)

Berdasarkan pernyataan diatas menunjukkan bahwa aspek optimis mitra RI terlihat dari mitra sudah bisa melewati kejadian kdrt yang menyimpannya atau bahkan masalah-masalah lain yang pernah dialami. Dengan begitu sikap mitra RI yang dapat menunjukkan aspek optimisnya ketika mitra yakin dan siap bisa melewati tantangan lainnya yang mungkin akan terjadi

dikemudian hari.

Kemudian pada mitra AL menunjukkan kondisi kepercayaan dirinya pada aspek optimis sesuai dengan pengakuannya berikut :

“Mengingat masa sebelumnya ketika saya mengalami kdrt, saya selalu berdoa berharap pada Tuhan bahwa saya pasti bisa melewati tantangan yang ujian tersebut. Saya punya tekad yang kuat untuk bisa pulih dari segala dampak kdrt yang pernah saya alami. Hingga saya yakin bahwa tantangan yang saya hadapi pasti ada jalan keluarnya”
(Wawancara dengan ibu AL, 27 Juli 2024)

Adapun masa sebelumnya ketika kdrt, mitra AL mengalami hal sebagai berikut :

“Karena pada saat itu keluarga mantan suami dulu, ngebenci saya. Bahkan mamah saya sendiri sempat ga percaya sama saya. Malah seolah-olah ikut menyalahkan saya. Disitulah saya bener-bener sakit hati dan ngerasa gak ada yang sayang sama saya. Dulu tuh tahun 2007 sayua sudah hampir mau cerai tapi sama Tuhan saya diizinkan untuk bersatu lagi. Karena katanya suami saya mau bertaubat. Terus 2015 dia kehasut lagi, tahun 2017 dia ke si pelacur itu tadi dan tahun 2018 ya dia itu bener-bener selingkuh dan kayak kena ilmu hitam itu yang bikin dia kayak kesurupan dan hawanya pengen ngebunuh saya terus. Bahkan ilmu hitam itu ngeganggu kerumah aku, misal tiba-tiba dikamar mandi ada cacing, terus dibuat hujan dalam rumah, terus anak perempuan saya pernah sakit ngedadak juga. Tapi ya saya tetep berdoa sama Tuhan dan membaca puji-pujian, kuncinya juga saya harus berfikir positif pada hal-hal yang akan terjadi kedepannya, dan pada akhirnya semuanya bisa saya lalui”

Berdasarkan pernyataan diatas menunjukkan bahwa aspek optimis mitra AL terlihat dari caranya berfikir positif. Meski awalnya mitra AL kurang mendapat dukungan dari keluarga, akan tetapi mitra selalu berusaha untuk berpikir positif dan membangun keteguhan diri. Hal ini menjadikan pengalaman sulit mitra AL dapat menjadi pendorong untuk tumbuh dan mengubah diri menjadi pribadi yang lebih kuat dan tegas.

Kemudian pada mitra IK menunjukkan kondisi kepercayaan dirinya pada aspek optimis sesuai dengan pengakuannya berikut :

“Itu kembali lagi, saya selalu percaya diri dalam segala hal. Termasuk saat saya mengatasi tantangan dan kesulitan hidup, saya selalu yakin pasti bisa melewatinya. Karena saya selalu berfikir seperti ini dulu saya yatim piatu, saya bisa sekolah, bisa lulus sekolah, itu sesuatu hal yang gak mudah dan saya bisa lewati itu semua. Gitu aja bisa, apalagi sekarang punya akal budi yang sehat, sikap positif, pasti kan Tuhan itu gak akan biarin kita. Intinya ya itu kita percaya sama diri kita sendiri dan percaya Tuhan itu membawa kita sejauh ini karena kita itu kuat” (Wawancara dengan ibu IK, 02 Agustus 2024)

Berdasarkan pernyataan diatas menunjukkan bahwa aspek optimis mitra IK terlihat dari keyakinan yang dirinya tanamkan dari semenjak kecil. Dengan begitu sikap mitra IK dapat menunjukkan aspek optimisnya ketika dirinya selalu siap menghadapi tantangan dan bersikap positif sehingga dirinya mampu melewati kesulitan yang pernah dialaminya.

c. Objektif

Orang yang percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri. Sebagaimana yang disampaikan oleh mitra IK dalam wawancaranya :

“Pasti ada mba, jadi misalkan gini perubahannya sebenarnya macem-macem. Yang pertama kita bisa bersikap positif, berpandangan positif karena kita melihat keadaan orang lain. Padahal orang lain ada juga yang lebih menderita diversi yang lain. Ataupun ketika saya dihadapkan pada suatu masalah, saya selalu mencari alasan terjadinya masalah tersebut. Saya berani hadapi dan menyelesaikannya. Yang kedua, jadi ngerti bahwa orang itu, bersikap seperti itu, punya karakter seperti itu karena punya background yang seperti ini. Jadi saya sendiri

menerapkan jangan gampang ngejudge sikap orang lain ke kita, karena kita tidak tahu apa yang melatarbelakangi dia bisa bersikap seperti itu” (Wawancara dengan ibu IK, 02 Agustus 2024)

Berdasarkan pernyataan mitra IK diatas menggambarkan bahwa aspek optimis terlihat saat dirinya selalu berusaha untuk menyelesaikan masalahnya, dan selalu berpandangan positif terhadap segala sesuatu yang terjadi pada dirinya maupun orang lain. Hal serupa juga digambarkan oleh kepercayaan diri aspek objektif mitra AL dalam pengakuannya :

“Dulu mba saya ngerasa ujian tuh gak berhenti-henti. Aku masih mikir sempit, sering ngeluh kenapa ya kok ada orang yang nyakitin hati saya. Kadang saya ngeluh pada Tuhan, dulu saya ngalamin depresi berat, nangis kejer-kejer saya gak kuat. Dan ditambah ada masalah lain orang atau keluarga nyakitin aku, apakah masih kurang cobaan buat saya Tuhan? Gitu mba saya sering berpikir gitu. Tapi dikarenakan saya masih punya iman ya mba, terus ditambah ikut kegiatan konseling, disitu pikiran saya mulai terbuka. Setelah saya mencari tahu apa yang sudah dilakukan mantan suamiku dulu, bahkan informasi itu datang sendiri dari beberapa orang, yasudah disitu saya benar-benar ngambil keputusan untuk berpisah. Dan saya mba kalo nyeritain ini misal ke orang saya percaya, ya sesuai keadaannya, gak ditambah-tambah gak dikurangin, sesuai dengan kejadian yang saya alami. Karena itu menurut saya sudah fatal dan saya gak mau nanti imbasnya ke anak-anak. Yaudah saya pisah dan mantan suami saya itu masih sama si pelacur itu. Tapi walaupun udah pisah ketika mantan suami saya sakit saya tetep nyuruh anak saya untuk nengok ayahnya, saya gak ngelarang apapun. Walaupun kalo ingat perilaku dia kayak gimana dulunya. Tapi sekarang saya sudah legowo mba, sudah bisa menerima kenyataannya, hidup lebih bahagia, dan berusaha untuk selalu intropeksi diri, karena Tuhan telah menuntun jalan saya pada hal yang lebih baik”(Wawancara dengan ibu AL, 27 Juli 2024).

Berdasarkan pernyataan mitra AL diatas menggambarkan bahwa aspek objektif terlihat pada saat dirinya menyadari situasi dan mengidentifikasi bahaya yang akan terjadi pada keluarganya.

Mitra AL juga memandang bahwa kekerasan dalam bentuk apapun tidak dapat dibenarkan dan setiap orang itu memiliki haknya untuk hidup tanpa adanya rasa takut dari kekerasan. Kemudian digambarkan pula oleh aspek kepercayaan diri objektif mitra RH sebagai berikut:

“Ya betul sekali, maksudnya memang semua yang dijalankan semua teman-teman, musibah-musibah itu datangnya dari Allah untuk menguji kita semua. Saya memandang bahwa dari kejadian yang saya alami mungkin ini salah satu bentuk rasa sayang Allah pada saya. Dan saya pikir masuk surga itu kan gak gampang, maka dengan ujian-ujian itu insyaallah semoga bisa jadi salah satu tiket saya masuk surga. Tapi walaupun ujian itu pasti berat, tapi insyaallah bisa melewatinya. Karna Allah gak bakal ngasih ujian diluar kemampuan hambanya” (Wawancara dengan ibu RH, 02 Agustus 2024)

Berdasarkan pernyataan mitra RH diatas menggambarkan bahwa aspek objektif terlihat pada saat mitra RH sudah memandang permasalahan yang dialaminya berdasarkan sudut pandang yang lebih baik. Kemudian hal serupa digambarkan oleh kepercayaan diri aspek objektif mitra RI dalam pengakuannya:

“Ya mba dulu kan saya masih nganggep bahwa kejadian yang saya alami itu adalah aib rumah Tangga, tapi disini lain saya juga kebingungan membutuhkan bantuan. Setelah saya memberanikan diri untuk mencari bantuan dan disana saya juga dapet ilmu, terus akhirnya saya sadar bahwa apa yang mantan suami saya lakukan itu memang salah satu bentuk dari kdrt. Terus saya diskusi dengan anak untuk mengambil keputusan tepat dan Alhamdulillah anak pun mendukung. Karena dari keputusan tersebut saya hanya ingin masa depan saya dan anak saya sekeluarga itu jauh lebih baik” (Wawancara dengan ibu RI, 02 Agustus 2024)

Berdasarkan pernyataan mitra RI diatas menggambarkan bahwa aspek objektif terlihat pada saat mitra RI sudah berani mencari bantuan atas permasalahannya dan menyadari kekerasan tersebut. Sikap objektif mitra RI juga terlihat saat dirinya

mengambil keputusan serta mempertimbangkan masa depan yang lebih baik bersama anaknya.

d. Bertanggung Jawab

Kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya. Sebagaimana yang disampaikan oleh salah mitra RI dalam wawancaranya :

“Saya sebelum mengambil keputusan, biasanya diskusi dulu sama anak-anak. Dan mereka nanti memberi saran atau apa yang akhirnya semua keputusan dikembalikan semua ke saya. Dan setelah itu saya ya yakin atas keputusan yang sudah saya ambil dan insyaallah bisa mempertanggung jawabkannya apapun itu konsekuensinya” (Wawancara dengan ibu RI, 02 Agustus 2024)

Dari pernyataan diatas menunjukkan bahwa mitra RI merasa bertanggung jawab atas segala keputusan yang dirinya ambil. Mitra RI juga menyatakan bahwa dirinya selalu siap dengan segala konsekuensi yang datang dari keputusannya.

Aspek bertanggung jawab juga dapat diperkuat oleh pernyataan mitra AL sebagai berikut :

“Walaupun dulu saya ragu atas keputusan yang mau saya ambil yaitu bercerai, karena kan dalam agama saya juga sama gak boleh. Tapi disitu saya lebih memikirkannya hidup kedepannya. Dari pada terus-terusan begitu yasudah saya yakin untuk mengambil keputusan tersebut. Saya selalu berusaha untuk keputusan yang saya ambil itu bisa dipertanggungjawabkan. Makannya setiap mengambil keputusan itu saya selalu dipikirkan matang dulu. Karena kelak nanti yang saya ucapkan atau saya putuskan itu harus bisa bener-bener saya pertanggungjawabkan.” (Wawancara dengan ibu AL, pada 27 Juli 2024)

Dari pernyataan mitra AL diatas menunjukkan bahwa aspek bertanggung jawabnya dapat terlihat saat dirinya berani untuk mengambil keputusan sebagai jalan terbaik dari permasalahan yang dialaminya. Mitra AL memandang bahwa keputusan yang

dirinya ambil merupakan keputusan yang sudah dipikirkan secara matang dan tanggung untuk mempertanggung jawabkannya. Kemudian hal serupa digambarkan oleh kepercayaan diri aspek bertanggung jawab mitra IK dalam pengakuannya :

“Saya tipe orang yang saat saya mengambil keputusan resiko apapun yang terjadi, berarti saya kan sudah punya pengalaman dulu nih. Jadi kalo misalkan saya diberikan tanggung jawab apa, dan saya berani ambil itu berarti saya sudah punya pengalaman itu. Tapi kalo memang belum punya, berarti saya akan menggandeng. Jadi maksudnya saya akan cari teman berpengalaman. Jadi saya yakin dengan keputusan apapun itu yang saya ambil, saya bisa untuk bertanggung jawab” (Wawancara dengan ibu IK, 02 Agustus 2024)

Berdasarkan pernyataan mita IK diatas menunjukkan bahwa mitra IK memiliki cara untuk bertanggung jawab atas dirinya sendiri. Dengan saat dirinya dapat mengambil keputusan dan siap menerima segala resiko yang akan terjadi. Baik berdasarkan pengalaman atau tidak, tapi mitra IK yakin bahwa dirinya merupakan orang yang dapat bertanggung jawab. Pernyataan lain disampaikan mitra RH terkait kepercayaan diri berdasarkan aspek tanggung jawab, sebagai berikut :

“Iya saya sakin dengan keputusan yang saya ambil, saya tidak pernah menyesal mba. Saya juga terima segala konsekuensi yang akan saya alami. Bahkan saya ketemu teman-teman semua yang senasib, itu adalah hal yang tepat. Memang laki-laki yang selingkuh itu tidak perlu dipertahankan lagi, karena percuma kalo kita hidup bersama orang yang tidak tepat, akan membuat tidak nyaman dan tidak bahagia” (Wawancara dengan ibu RH, 02 Agustus 2024)

Pernyataan ibu RH ini diperkuat oleh pernyataan konselor sebagai berikut :

“Salah satunya ibu RH yang sekarang sudah lebih enjoy, meskipun ketika terjadinya kdrt itu beliau merasa bingung cemas, bahkan sampe sakit berbulan-bulan. Tapi sekarang beliau sudah bisa menyadari apa yang harus dia lakukan,

artinya dia sudah bisa mengambil keputusan yang baik untuk dirinya dan bertanggung jawab atas keputusan itu. Sekarang lebih fokus menjalani kehidupannya dengan anak-anak” (Nia Lishayati, 16 Juli 2024)

Berdasarkan pernyataan mitra RH diatas menunjukkan bahwa aspek bertanggung jawab dapat terlihat saat dirinya tidak menyesali atas keputusan yang diambil, serta menerima konsekuensi yang akan terjadi. Konselor juga menambahkan bahwa aspek bertanggung jawab mitra RH terbukti saat dirinya sudah bisa menyadari bahwa keputusan yang diambil merupakan keputusan yang baik untuk dirinya dan keluarga.

e. Rasional dan Realistis

Berdasarkan analisa terhadap suatu masalah, suatu hal, suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan. Menurut Marheni, realistis yaitu cara berpikir dengan perhitungan dan sesuai kemampuan. Rasional merupakan cara berpikir berdasarkan pertimbangan yang logis atau menggunakan akal sehat. Jadi, dapat disimpulkan rasional dan realistis adalah daya analisis terhadap suatu konteks, suatu hal, persoalan, dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal sehat dan sesuai dengan kenyataan atas kebenarannya.¹⁰⁰ Sebagaimana yang disampaikan oleh mitra RH dalam wawancaranya :

“Benar sekali mba, setelah saya mengikuti konseling kelompok saya sadar, saya lebih berfikir rasional dan sesuai kenyataan yang ada aja. Dulu saya terlalu berharap dan mengidam-idamkan pengen punya suami yang sayang banget sama kita, diperhatikan, dibantu segala tugas-tugas

¹⁰⁰ Marheni, K.I, “Kepercayaan Diri Mahasiswa/i Angkatan 2020 Program Studi Bimbingan dan Konseling di Universitas Sanata Dharma. Solution” *Jurnal of Counseling and Personal Development*, 4(1), 2022, hlm. 58–66.

rumah tangga, bisa melakukan hal ini itu. Pokoknya saya menggantungkan harapan saya ke mantan suami saya dulu. Tapi ternyata saya salah, harusnya saya tuh berharap sama Allah. Saya sadar saya salah, sudah berharap sama manusia secara berlebihan, karena sesungguhnya hanya sama Allah saya boleh berharap. Saya tidak boleh memaksakan kehendak atau keinginan saya. Karena semuanya sudah diatur sang Maha Kuasa. Dan sekarang saya sadar penuh untuk tidak memaksakan sesuatu sesuatu sesuai dengan keinginan kita” (Wawancara dengan ibu RH, 02 Agustus 2024).

Berdasarkan pernyataan diatas menunjukkan bahwa mitra RH mengenal dirinya yang dulu sering berekspektasi tinggi pada mantan suaminya. Awalnya menurut mitra RH pemikirannya tersebut belum berdasarkan rasional dan realistis sesuai dengan fakta yang ia temui. Tapi kini mitra RH memandang bahwa dirinya dapat berfikir rasional dan realistis berdasarkan pada pemikiran bahwa tidak semua fakta harus berjalan sesuai dengan keinginannya. Kemudian kondisi kepercayaan diri pada aspek rasional dan realistis mitra IK berdasarkan pengakuannya berikut :

“Harusnya memang seperti itu, kita harus bisa berfikir rasional dan realistis. Apalagi kan seorang ibu yang pernah ngalamin satu kejadian yang tidak begitu enak. Dasarnya itu ya kita harus ngerti kemampuan kita itu dimana, sama halnya misal ketika mengelola satu keuangan supaya kita gak punya utang, ya kita harus tau dulu kemampuan kita untuk membeli sesuatu itu seberapa. Karena biasanya kan orang untuk menimbulkan kepercayaan diri kita, untuk bisa diterima sama orang lain kadang-kadang kita maksa. Intinya kita hidup jangan memaksakan sesuatu yang memang kita gak mampu. Realistis saja apa adanya, jangan terlalu berlebihan. Dan pastinya dari kegiatan konseling kelompok juga membangun dukungan emosional saya, seperti kalo kita denger teman kita cerita mereka bisa sampe nangis, membangun empati juga, simpati juga, tapi juga membangun pikiran kita lebih terbuka, dan selalu mengucap syukur” (Wawancara dengan ibu IKS, 02 Agustus 2024)

Hal ini diperkuat oleh pemaparan konselor sebagai berikut :

“Kalo dampak nyata dari kejadian ibu IK dulu itu lebih ke emosionalnya. Itu kan karena dulunya ibu IK ditinggal suaminya pulang ke papua dengan alasan kerja kalo gak salah karena udah lama banget, terus ternyata suaminya disana malah nikah lagi sampe sekarang. Jadi kalo sekarang dia lebih bisa ngendaliin emosinya dan dia lebih fokus berjuang untuk kedua anaknya. Sehingga dia ingin menjadi seorang pahlawan untuk anak-anaknya, apapun yang terjadi dia menunjukkan pada anak-anaknya bhwa ibunya sosok perempuan yang kuat” (Nia Lishayati, 16 Juli 2024)

Berdasarkan pernyataan diatas menunjukkan bahwa kepercayaan diri pada aspek rasional dan realistis mitra IK dapat terlihat saat dirinya dapat hidup sesuai dengan kemampuannya. Mitra IK memandang bahwa berfikir rasional dan realistis itu sangat penting agar bisa diterima orang apaadanya. Konselor juga menambahkan bahwa mitra IK lebih fokus untuk berjuang untuk masa depan anaknya. Kemudian kondisi kepercayaan diri pada aspek rasional dan realistis mitra berdasarkan pengakuannya berikut :

“Karena dulu saya kan orangnya maluan, tidak suka menunjukkan diri, pendiam, ngerasa gak punya bakat aja minder gitu. Jadi dulunya saya mengabaikan segala fakta bahwa saya ga bisa apa-apa. Tapi ternyata setelah saya ikut komunitas-komunitas, terus konseling juga, itu ngerubah cara pandang saya. Sekarang ketika saya dipercaya untuk melalukan tampil di umum kayak nari dengan ibu-ibu lainnya, walaupun itu bukan bakat saya saya tapi gak ada salahnya dong saya mencoba. Tapi misal saya udah mencobanya tapi memang gak bisa ya saya ga maksain diri, saya melakukan sesuatu berdasarkan yang bisa aja. Yang penting udah nyoba” (Wawancara dengan ibu AL, 27 Juli 2024)

Berdasarkan pernyataan diatas menunjukkan bahwa aspek rasional dan realistis dapat terlihat saat mitra AL mengakui realitas kemampuannya. Mitra AL memandang bahwa mengakui fakta dari usaha yang dilakukannya itu lebih penting. Kemudian kondisi kepercayaan diri pada aspek rasional dan realistis mitra

berdasarkan pengakuannya berikut :

“Ketika memang kemampuan saya misal segini, yasudah gak memaksakan untuk melampauinya. Terus saya selalu berhati-hati ketika bertindak harus diperhitungkan jangan sampe tindakan kita itu merugikan orang lain atau diri sendiri” (Wawancara dengan ibu RI, 02 Agustus 2024)

Hal ini diperkuat oleh pemaparan konselor sebagai berikut

:

“Yang saya lihat ibu RI semakin mandiri dengan usahanya, diakan jualan sendal. Jadi dia itu merasa bahwa tidak perlu lagi memikirkan masalah yang lalu, tapi lebih kepada masa depan dengan mengutamakan kebutuhan secara finansialnya” (Nia Lishayati, 16 Juli 2024)

Berdasarkan pernyataan diatas menunjukkan bahwa aspek rasional dan realitis dapat terlihat saat mitra RI selalu menilai bahwa keselamatan diri sendiri dan orang lain harus diperhatikan. Konselor juga memandang bahwa sikap realistis mitra RI dapat dilihat dari sikap mandiri yang lebih fokus pada kebutuhan masa depan. Beberapa aspek tersebut tidak terlepas dengan adanya proses layanan kelompok, hal tersebut bertujuan untuk menumbuhkan pikiran, pemahaman, dan keterampilan yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah, dengan konseling kelompok, diharapkan para korban mampu menyadari bahwa mereka tidak sendirian dan mereka dapat bekerja sama untuk mengatasi masalah yang mereka hadapi. Karena pada dasarnya mereka tidak memiliki kepercayaan diri karena beberapa faktor yaitu mempengaruhi kepercayaan diri yakni adanya konsep diri, harga diri, penampilan fisik, hubungannya dengan lingkungan dan pengalaman hidup. hal tersebut tidak terlepas dari tahap-tahap layanan konseling.

3. Tahapan proses konseling kelompok

Tahapan proses konseling kelompok di Lrc-K

jham terdiri dari beberapa tahap, yang diantaranya adalah :

a. Tahap pembentukan

Tahap pembentukan merupakan tahap pengenalan dan pelibatan diri atau tahap memasukkan diri kedalam kehidupan ke sebuah kelompok. Anggota saling mengenalkan dan mengungkapkan tujuan ataupun harapan yang ingin dicapai. Pada tahap ini konselor mengingatkan terkait perjanjian yang telah disepati oleh kelompok. Hal ini didukung oleh kutipan wawancara dengan konselor sebagai pendamping kegiatan :

“Biasanya setelah para anggota datang, mereka akan dibagi menjadi beberapa kelompok kecil. Contoh ada 15 orang yang hadir, maka dari 15 itu dibagi menjadi 3 kelompok, yang beranggotakan 1 kelompoknya 5 orang dan ditaruh 1 konselor atau pendamping disetiap kelompoknya, supaya disaat ada anggota yang butuh cerita kesannya gak terlalu melebar” (Nia Lishayati, 16 Juli 2024)

Berdasarkan pemaparan konselor diatas bahwasannya pembentukkan kelompok dalam kegiatan konseling ditentukan dari jumlah anggota yang hadir. Dan setiap kelompok diberi satu konselor untuk mendampingi kegiatan tersebut. Hal ini didukung oleh pernyataan mitra IK dalam wawancaranya :

“Jadi mba nanti kita pembagian kelompoknya itu tergantung dari yang hadirnya berapa terus nanti disetiap kelompok ditaruh satu pendamping. Dikarenakan kita udah saling kenal jadi kita saling menanyakan kabar biasanya” (Wawancara dengan ibu IK, 02 Agustus 2024)

Kemudian tambahan dari mitra RB bahwasannya pada konseling kelompok ini terdapat norma yang telah disepakati, seperti dalam wawancaranya :

“Selama mengikuti proses konseling kita juga udah membuat janji atau kesepakatan bersama, bahwa kita

tidak boleh bertanya yg diluar konseling, tidak boleh menasihati, dan tidak boleh menceritakan hal-hal yang bersifat *privasi* diluar kelompok. Kita harus bisa menjaga rahasia itu dengan sebaik mungkin” (Wawancara dengan ibu RB, 02 Agustus 2024).

Berdasarkan pemaparan diatas, penulis dapat menyimpulkan bahwa pada tahap pembentukan, anggota akan dibagi menjadi beberapa kelompok kecil yang setiap kelompok beranggotakan 5-7 orang, dan pembentukan kelompok ini sesuai dengan anggota yang hadir pada proses konseling tersebut. Pada tahap ini juga terdapat norma kelompok yang harus dipatuhi oleh seluruh anggotanya.

b. Tahap peralihan.

Tahap peralihan, pemimpin kelompok akan menjelaskan apa saja agenda yang akan dilakukan. Pemimpin kelompok akan menjelaskan apa saja peranan anggota kelompok dan memastikan kesiapan dari anggotanya. Sehingga konseling kelompok berjalan terarah pada pencapaian yang akan dituju. Hal ini didukung oleh kutipan wawancara dengan konselor sebagai pendamping kegiatan :

“Kita juga sebelumnya mendiskusikan agenda apa yang akan dilakukan atau tema apa yang akan dibahas. Disini biasanya kita kasih arahan gitu ke anggota kelompok misal agenda atau tema kali ini membahas terkait pemulihan, terus kita kasih tau bahwa peran mereka nantinya misal dimintai untuk menceritakan atau memberikan pendapat tentang tema itu. Atau kalo kita ngadain game nanti kita kasih tau apa aja yang harus dilakukan paling seperti itu mba” (Nia Lishayati, 16 Juli 2024)

Berdasarkan penjelasan konselor diatas, bahwasannya pada tahap peralihan konselor akan mengingatkan kembali tentang agenda yang akan dilakukan serta menjelaskan peranan anggota kelompok. Hal ini sejalan dengan pernyataan mitra RH, bahwa tema yang akan

dibahas akan kembali diingatkan oleh konselor dari hasil diskusi pertemuan sebelumnya. Sebagaimana mitra RH dalam wawancaranya :

“Biasanya si mba kita kalo udah dibentuk kelompok tuh nanti konselor atau pendamping ngingetin lagi kita terkait tema apa yang akan dibahas dan apa aja yang harus kita lakukan. Karena sebelumnya juga kan udah diskusi dipertemuan sebelumnya dan diinfokan juga di grup *whatsapp* karena barangkali yang gak hadir saat itu tapi bisa hadir dipertemuan selanjutnya gitu si mba” (Wawancara dengan ibu RH, 02 Agustus 2024)

Hal ini juga diperkuat oleh jawaban mitra AL bahwa pada tahap ini konselor akan memastikan anggotanya lebih siap dan terbuka pada saat konseling kelompok berjalan. Sebagaimana yang disampaikan oleh mitra AL dalam wawancaranya :

“Sebelum konseling mulai, kita biasanya dibuka dengan ngobrol-ngobrol santai terus biar menghidupkan suasana aja, dan pas kegiatan intinya kita bisa lebih nyaman untuk bercerita dan sebagainya” (Wawancara dengan ibu AL, 27 Juli 2024)

Berdasarkan pemaparan diatas, penulis dapat menyimpulkan bahwa pada tahap peralihan para anggota kelompok dan konselor biasanya akan mengingatkan kembali tema yang akan dibahas. Konselor memperhatikan kesiapan anggotanya serta memberikan penjelasan terkait peranan anggota dalam proses konseling kelompok tersebut.

c. Tahap kegiatan.

Tahap ini adalah inti tahap mengentaskan masalah pribadi anggota kelompok. Kegiatan meliputi setiap kelompok mengemukakan

masalah pribadi yang perlu mendapatkan bantuan untuk pengentasannya dengan menjelaskan lebih rinci masalah yang dialami, kemudian anggota lain merespon apa yang telah disampaikan. Hal ini didukung oleh kutipan wawancara dengan konselor sebagai pendamping kegiatan :

“Nah pada saat proses konselingnya ini, dari masing-masing anggota kelompok kan memiliki tingkat kepercayaan diri yang berbeda. Mungkin ada beberapa dari mereka kalau ngomong biasa mereka sudah berani, tapi misalnya mereka dimintai untuk berpendapat di beberapa orang itu ada aja yang belum berani gitu. Itu biasanya yang awal-awal ikut kegiatan. Nah didalam konseling kelompok juga kita ada norma yang bersifat rahasia dan perlu dijaga. Jika dari salah satu anggota bersedia untuk bercerita dan belum ingin diberi tanggapan, maka para anggota lainnya hanya menjadi pendengar yang baik juga sudah cukup. Biasanya masing-masing itu dimintai menceritakan perasaannya hari ini, kemudian apa si unek-uneknya, jadi gak menceritakan situasi kekerasannya ya. Karena jika berbicara situasi kekerasan kan sudah lama, dan konseling grup itu tujuannya bukan untuk membuka luka lama, tapi untuk mengobati meskipun gak sembuh secara total. Dan jika memang dari salah satu korban bersedia untuk masalah yang lalunya dibahas, kalo dianya mau itu gak masalah maka akan dibahas bersama.” (Nia Lishayati, 16 Juli 2024)

Berdasarkan pemaparan konselor diatas bahwa pada tahap kegiatan ini konselor memberi kesempatan para anggotanya untuk bercerita atau memberikan pendapat terkait tema yang dibahas, bukan lagi tentang kasus kekerasan yang dialaminya dulu. Hal ini sejalan dengan yang disampaikan mitra IK, bahwa biasanya anggota dimintai pendapat tentang kasus kekerasan pada perempuan secara umum atau yang ada disekelilingnya. Pernyataan mitra IK disampaikan sebagai berikut :

“Pas konseling kelompok kita biasanya diminta

untuk bercerita terkait situasi kekerasan terhadap perempuan itu seperti apa, nanti kita diminta bercerita misal kita ditanya ‘ada tidak bu disekelilingnya, saudaranya atau bahkan temannya, atau bahkan melihat di tv’ nah nanti kita akan bercerita satu-satu. Kemudian nanti kita ditanya lagi atau dimintai pendapat seperti ‘jika situasi seperti itu apa yang akan dilakukan ibu-ibu?’ kemudian ya kita akan diskusi lagi bersama, seperti itu. Yang terpenting itu dari konseling kelompok ini bikin kita sadar bahwa apa yang pernah dialami kita semua sebagai korban itu bagian dari kekerasan. Jadi misalnya dari salah satu kita melihat tetangga, saudara, atau orang disekelilingnya mengalami hal yang sama, kita gak bingung lagi, paham dan sadar bahwa yang hal itu bagian dari kekerasan. Terus kita biasanya ngebantu dengan cara melapor atau cerita ke staf dan konselor seperti ‘mba ini ada kasus di daerahku harus gimana?’ seperti itu” (Wawancara dengan ibu IK, 02 Agustus 2024)

Pada tahap kegiatan dapat diterapkan permainan baik sebagai selingan maupun sebagai wahana (media) yang memuat materi pembinaan tertentu. Berbagai kegiatan selingan ataupun permainan dapat diselenggarakan untuk memperkuat jiwa kelompok, memantapkan pembahasan, atau relaksasi. Permainan atau kegiatan selingan kelompok yang efektif harus memenuhi ciri-ciri seperti sederhana, menggembirakan, menimbulkan suasana rileks dan tidak melelahkan, meningkatkan keakraban, diikuti oleh semua anggota kelompok. Hal ini didukung oleh kutipan wawancara dengan konselor sebagai pendamping kegiatan :

“Setiap pertemuan itu teknik yang digunakan macam-macam, terkadang kita melalui *games* untuk penguatan psikologis mereka, *games*nya itu *games* kelompok biasanya berisi kuis-kuis yang berkaitan dengan isu perempuan. Atau kita menggunakan teknik bercerita, membaca puisi, lewat tulisan, lewat kegiatan *healing*, kreatifitas drama, dan teatrikal, atau aksi-aksi 16 HKTP. Tapi biasanya yang sering digunakan itu teknik cerita karena mereka senang

merasa didengar dan sekali cerita ga bisa berhenti. Selain itu mereka juga semangat banget kalo diadain *games* atau *healing* jalan-jalan keluar mereka selalu kompak” (Nia Lishayati, 16 Juli 2024)

Berdasarkan pemaparan konselor diatas, bahwasannya teknik yang sering digunakan dalam konseling kelompok yakni teknik bercerita selain itu bisa juga melalui *games*, membaca puisi atau teknik lainnya sebagai selingan ataupun kegiatan intinya untuk menguatkan psikologis setiap individu, meningkatkan kemampuan mereka, dan kerja sama kelompok. Hal ini didukung oleh pernyataan dari mitra IK dalam wawancaranya :

“Kebetulan saya gampang buat menyesuaikan diri dan over PD, jadi saya suka kalau misalkan dalam pertemuan entah itu ada *games*, dimintai untuk bercerita, atau apapun itu saya suka. Seperti nanti pertemuan bulan ini agendanya kita mengadakan lomba-lomba untuk merayakan Hari Kemerdekaan di lembaga, pasti itu seru banget. Selain melatih kekompakan kelompok nantinya, kita juga belajar untuk selalu menjaga tali kekeluargaan kita” (Wawancara dengan ibu IK, 02 Agustus 2024)

Berdasarkan pemaparan diatas, bahwasannya dalam proses konseling kelompok selain menggunakan teknik bercerita, disisi lain mitras juga senang menggunakan teknik *games* atau teknik lainnya yang memperkuat kekompakan antar anggota kelompok. Kemudian mitra RH menambahkan bahwa anggota dalam konseling kelompok sudah dianggap sebagai saudara, dan mereka saling menguatkan serta membantu menyelesaikan masalah bersama. Sehingga mereka sudah nyaman untuk bercerita, sebagaimana pernyataan mitra RH berikut:

“Didalam konseling kelompok itu kita menjalin silaturahmi yang baik, dan kita menganggap semua anggota itu saudara sesama korban. Kita saling bercerita, bisa berdiskusi, menyelesaikan masalah

bareng-bareng, dan kita juga saling menguatkan agar kita bisa sembuh perlahan bersama. Biasanya ada agenda semacam kuis-kuis atau semacam game gitu dan materinya nanti mencakup tentang kekerasan terhadap perempuan, tentang pemulihan, pencegahan dan lain-lain” (Wawancara dengan ibu RH, 02 Agustus 2024)

Berdasarkan pemaparan mitra RH diatas bahwasannya setiap anggota kelompok sudah terbuka dan merasa nyaman saat bercerita dikarenakan mereka sudah saling mengenal bahkan menganggap semua anggota kelompok seperti saudara. Seperti pada saat bercerita ada saja anggota yang tidak memberikan kesempatan pada anggota lain untuk bercerita. Menurut konselor Nia hal ini menjadi salah satu kendala yang terjadi pada saat proses konseling dilakukan. Sebagaimana dalam wawancara berikut :

“Kendala yang sering terjadi biasanya disaat salah satu anggota bercerita dia gak memberikan kesempatan pada yang lain untuk bercerita juga. Jadi karena mereka sudah merasa nyaman, sudah terbuka, dan percaya sehingga ketika cerita tuh membutuhkan waktu yang lama. Padahal waktunya terbatas juga, dan anggota lain pun harus dapet kesempatan bercerita juga. Terus kendala lainnya biasanya masih ada yang belum berani cerita secara jujur, kayak masih malu-malu gitu dibeberapa orang” (Nia Lishayati, 16 Juli 2024)

Berdasarkan pemaparan diatas, penulis dapat menyimpulkan bahwasannya pada tahap ini ialah tahap kegiatan yang mana para anggota akan saling bercerita tentang masalah yang dihadapinya, ataupun saling berbagi pengalaman. Pada tahap ini juga ditemukan adanya kendala pada saat proses konseling kelompok dilakukan.

d. Tahap akhir.

Tahap ini dimana semua kegiatan akan diakhiri, namun tidak dalam

artian berakhir begitu saja. Masih ada kegiatan selanjutnya yang bisa dilakukan yang diantaranya:

- a) Frekuensi pertemuan berkaitan dengan frekuensi pertemuan yang akan dilakukan selanjutnya
- b) Pembahasan keberhasilan kelompok kegiatan dipusatkan pada pembahasan dan penerapan hal-hal yang telah anggota dapatkan dan pelajari dengan tujuan agar diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini didukung oleh kutipan wawancara dengan konselor sebagai pendamping kegiatan :

“Biasanya setelah kegiatan konseling itu, konselor atau pendamping akan memberikan kesimpulan berupa hal-hal yang bisa diambil dari tema yang sudah dibahas dan diharapkan para anggota itu bisa mengambil pelajaran dan menerapkannya di kehidupan masing-masing. Kita juga setelah itu mendiskusikan agenda yang akan dilakukan untuk pertemuan selanjutnya. Dan nanti kita share ulang untuk hasil diskusi untuk pertemuan selanjutnya di grup whatsapp agar para anggota tidak lupa” (Nia Lishayati, 16 Juli 2024)

Berdasarkan penjelasan konselor diatas, pada tahap akhir ini konselor memaparkan kesimpulan dan hasil dari kegiatan konseling yang telah dilakukan. Dan membahas untuk agenda yang akan dilakukan selanjutnya. Hal ini juga disampaikan oleh mitra RB dalam wawancaranya :

“Kalo tahap akhir itu nanti kita diminta yang bersedia untuk berpendapat atau menyimpulkan materi dari kegiatan yang sudah dilakukan. Kalo gak konselornya yang ngasih tau kesimpulan yang didapat seperti apa, paling gitu si, terus kalo misalkan selesai tuh kayak ngerasa lega aja seneng udah bisa ikut kegiatan, bisa ketemu mereka, canda tawa, dapet ilmu juga” (Wawancara dengan ibu RB, 02 Agustus 2024)

Mitra RB menyatakan bahwa pada tahap akhir para

anggota kelompok diberi kesempatan untuk berpendapat tentang kesimpulan dari kegiatan yang telah dilakukan. Mitra RB juga memaparkan bahwa setelah ikut kegiatan konseling dirinya merasa senang karena bisa bertemu dengan teman-temannya. Kemudian mitra AL juga menambahkan terkait prinsip yang selalu dipegang ketika sudah mengikuti kegiatan konseling seperti dalam wawancaranya :

“Kalo misalkan kita udah beres pembahasannya, kita juga udah bareng-bareng diskusi, terus diakhir pasti ada kesimpulan yang disampaikan oleh konselor. Kalo saya pribadi punya prinsip bahwa dari setiap kegiatan hal apa atau ilmu baru apa yang bisa saya ambil kali ini. Terus ya biasanya konselor nanya atau memulai diskusi untuk membahas agenda yang akan dilakukan pada pertemuan selanjutnya, kita juga setelah itu biasanya ada kayak bayar uang kas gitu” (Wawancara dengan ibu AL, 27 Juli 2024).

Berdasarkan pemaparan diatas, bahwasannya pada tahap akhir ini konselor dan para anggota kelompok saling memberikan kesan dan kesimpulan yang bisa diambil dari proses konseling yang telah dilakukan. Pada tahap ini juga biasanya membahas untuk agenda yang akan dilakukan pada pertemuan selanjutnya.

BAB IV

ANALISIS HASIL PEMBAHASAN

A. Analisis Proses Konseling Kelompok untuk Membentuk Kepercayaan Diri pada Perempuan Korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang

1. Analisis ciri-ciri individu yang memiliki kepercayaan diri

Ciri-ciri individu yang memiliki kepercayaan diri di sampaikan pada teori yang disampaikan Lauster tentang kepercayaan diri mengemukakan ciri-ciri orang yang percaya diri yaitu, ditandai dengan mengenal dengan baik kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya, bersikap mandiri, dapat berfikir positif, berani mengungkapkan pendapat, tidak mudah tersinggung, mampu mengatasi rasa kecemasan yang ada dalam dirinya dan selalu yakin dengan kemampuan dirinya sendiri.¹⁰¹ Hal tersebut senada dengan yang ada pada korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang. Secara lebih jelasnya berikut paparan terkait ciri-ciri kepercayaan diri pada korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang.

- a. Menegal dengan baik kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya.

Kesadaran diri yang tinggi terhadap kekuatan dan kelemahan pribadi merupakan langkah penting dalam proses pemulihan bagi korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Melalui evaluasi diri yang objektif, mereka dapat memanfaatkan kelebihan dan mengatasi kekurangan yang ada. Hal ini tercermin dari wawancara dengan informan IK, yang menyatakan, bahwa dirinya memang sudah lebih paham dengan dirinya sendiri semenjak kejadian dan pengalaman yang mengajarkannya. Perubahan signifikan ini juga dirasakan oleh informan RB, yang mengungkapkan bahwa dirinya sudah mengetahui kelebihan dan kekurangannya ketika bergabung

¹⁰¹ Sri Wahyuni, "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Psikologi", Psikoborneo Vol. 1, No. 4, 2013, hlm. 222-223

dan korban lainnya, dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa keduanya telah mengalami peningkatan kepercayaan diri melalui pemahaman yang lebih baik tentang diri mereka.

b. Bersikap mandiri

Kemampuan untuk mengambil keputusan dan bertindak tanpa bergantung pada orang lain. Membangun kemandirian membantu korban merasa lebih berdaya dan mengurangi ketergantungan pada pelaku kekerasan. Hal tersebut disampaikan oleh informan mitra RH berikut:

“jujurnya saya lebih mandiri mba ketika saya dirini, awalnya saya tidak begitu mandiri, tapi setelah kejadian itu dan membuat saya lebih mandiri, apalagi saya dibantu oleh teman-teman disini dan diberikan konseling juga, itu yang membuat saya lebih percaya diri” (Wawancara dengan ibu RH, 02 Agustus 2024).

Berdasarkan hasil wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa kemandirian RH semakin bertambah ketika mendapatkan konselor dan bergabung serta di bimbing. Hal tersebut di sampaikan oleh konselor Nia hal ini menjadi salah satu kendala yang terjadi pada saat proses konseling dilakukan. Sebagaimana dalam wawancara berikut :

“benar sekali mbak, kemandirian mereka malah lebih bertambah dengan bergabung disini, bahkan ada beberapa kasus yang memang mereka belum mandiri, tapi setelah disini, mereka diberikan bimbingan, seperti konseling, dan mereka nyaman sehingga mereka terbiasa dan lebih mandiri dan optimis” (Nia Lishayati, 16 Juli 2024)

Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa korban merasa mandiri ketika mereka bergabung di Lrc-kjhm. Karena menurut konselor, mereka diberikan bimbingan dan arahan tentang kemandirian.

c. Berfikir positif

Kemampuan untuk mengambil keputusan dan bertindak secara mandiri sangat penting bagi korban kekerasan dalam rumah

tangga (KDRT), karena hal ini membantu mereka merasa lebih berdaya dan mengurangi ketergantungan pada pelaku kekerasan. Informan mitra RH menjelaskan bahwa, dirinya lebih mandiri, awalnya RH tidak begitu mandiri, tapi setelah kejadian itu dan membuat RH lebih mandiri, dan merasa terbantu dengan adanya teman-teman. Hasil wawancara ini menunjukkan bahwa kemandirian RH meningkat setelah mendapatkan bimbingan. Konselor Nia juga menekankan bahwa kemandirian para korban semakin tumbuh saat mereka bergabung dan menerima dukungan.

d. Berani mengungkapkan pendapat

Kemampuan untuk menyampaikan pikiran dan perasaan tanpa takut akan penilaian sangat penting bagi korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), karena hal ini mencerminkan bahwa mereka merasa memiliki suara dan hak untuk berpartisipasi dalam diskusi, yang merupakan langkah krusial dalam proses pemulihan. Konselor Nia menjelaskan bahwa awalnya banyak korban yang enggan untuk mengungkapkan pendapat mereka, lebih memilih untuk berdiam diri karena ketakutan. Namun, dengan konseling yang diberikan, mereka secara bertahap mulai membuka diri dan berani menyampaikan pendapat. Nia bahwa awalnya memang mereka tidak mau mengungkapkan pendapatnya, karena pada dasarnya mereka takut dan lebih suka berdiam diri, tapi perlahan kami memberikan konseling, kemudian mereka membuka hati dan sekarang mereka sudah mau mengutarakan pendapat mereka. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan dan konseling yang tepat dapat mendorong korban untuk lebih berani berbicara, yang pada gilirannya dapat mempercepat proses pemulihan mereka.

e. Tidak mudah tersinggung

Ketahanan emosional mencakup kemampuan individu untuk

mengelola emosi dalam menghadapi kritik atau situasi negatif, dalam wawancara AL, terlihat bahwa meskipun AL awalnya mudah tersinggung, bimbingan dan konseling membantunya mengembangkan kontrol emosional. Ini menunjukkan proses belajar yang penting dalam meningkatkan kepercayaan diri dan mengurangi reaktivitas emosional.

- f. Mampu mengatasi rasa kecemasan yang ada dalam dirinya
- Mengembangkan kemampuan untuk menghadapi dan mengelola kecemasan yang muncul akibat trauma, seperti dalam kasus kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), adalah proses penting dalam pemulihan emosional. Banyak korban KDRT mengalami kecemasan tinggi, yang sering kali disebabkan oleh ketidakpastian, ketakutan, dan trauma emosional, dalam wawancara yang dilakukan dengan ibu IK, jelas terlihat bahwa dia mengalami kecemasan mendalam sebelum mengikuti sesi konseling. Pengalaman negatif yang terus menghantuinya menciptakan pola pikir yang penuh ketakutan. Namun, setelah terlibat dalam proses konseling, ia memperoleh keterampilan baru untuk menenangkan diri dan mengatasi kecemasan saat muncul. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan yang terstruktur, seperti konseling, dapat membantu individu mengenali pemicu kecemasan dan memberikan strategi untuk merespons dengan cara yang lebih sehat.

Ibu RB juga mengungkapkan bahwa dukungan sosial dari teman-teman di lingkungan konseling sangat berperan dalam mengatasi kecemasan. Dukungan ini dapat memberikan rasa aman dan validasi emosional, yang penting bagi korban KDRT dalam menghadapi pengalaman traumatis mereka. Teknik yang efektif dalam membantu individu seperti IK dan RB mengelola kecemasan mencakup: dari hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa melalui konseling, individu dapat

mengalami perubahan signifikan dari keadaan cemas menjadi lebih mampu mengatasi perasaan tersebut. Proses pemulihan ini menunjukkan bahwa dengan dukungan yang tepat dan teknik yang efektif, korban KDRT dapat mencapai kondisi mental yang lebih stabil dan mengurangi rasa cemas yang mengganggu kehidupan sehari-hari mereka.

g. Selalu yakin dengan kemampuan dirinya sendiri.

Kemampuan diri adalah aspek krusial dalam proses pemulihan bagi korban KDRT, memungkinkan mereka untuk mengambil keputusan positif dan menghadapi tantangan. Dalam wawancara, ibu RB mengungkapkan perubahannya dari rasa tidak berdaya menjadi lebih berani dalam mengekspresikan keinginan dan mencoba hal baru, berkat dukungan kelompok. Hal ini menunjukkan bahwa lingkungan yang mendukung berperan penting dalam membangun rasa percaya diri.

Nia, selaku konselor, menekankan bahwa awalnya banyak korban merasa tidak yakin dengan kemampuan mereka, namun melalui bimbingan dan dukungan, mereka mulai percaya diri. Proses ini membantu mengurangi ketergantungan pada pelaku kekerasan dan mempercepat pemulihan dari trauma. Kesimpulannya, bimbingan yang tepat dapat mendorong perubahan signifikan dalam kepercayaan diri korban, mengurangi rasa trauma dan isolasi mereka. Aspek-aspek kepercayaan diri ini menjadi fondasi penting dalam perjalanan pemulihan mereka.

2. Analisis aspek-aspek kepercayaan diri

Kepercayaan diri pada perempuan korban kdrt di Lrc-kjham Semarang mengacu pada teori dari Lauster, bahwasannya esensi diri yang dikatakan memiliki kepercayaan diri yang utuh dapat dilihat dari lima aspek diantaranya yaitu keyakinan kemampuan diri, optimis,

objektif, bertanggung jawab, dan rasional dan realistis.¹⁰²

1. Aspek Keyakinan Akan Kemampuan Diri

Menurut Madya keyakinan akan kemampuan diri yaitu suatu keyakinan pada diri bahwa dengan kemampuan jasmaniah dan akal budi yang dimilikinya, ia merasa mampu menghadapi situasi, mampu meraih apa saja yang diinginkan, direncanakan dan diusahakannya.¹⁰³ Teori tersebut sesuai dengan kondisi kepercayaan diri aspek keyakinan akan kemampuan diri pada perempuan korban kdrt di Lrc-Kjham Semarang yang bernama mitra AL. Informan yakin dengan kemampuan dirinya sendiri bahwa ia dapat menata masa depan yang lebih baik serta mencapai berbagai tujuan hidup dan selalu berpandangan positif terhadap segala hal serta berusaha untuk selalu memperbaiki diri. Dengan kondisi awal mitra AL ini sesuai dengan dampak psikis yang dialami korban KDRT seperti : tidak berdaya, memiliki rasa takut yang berlebihan, hilangnya rasa percaya diri, dan beban mental karena kegelisahan atas permasalahan yang selalu muncul baik dalam hati maupun pikirannya.¹⁰⁴ Akan tetapi setelah mengikuti konseling kelompok, kondisi kepercayaan diri ibu AL sudah membaik seiring berjalannya waktu. Dengan begitu ibu AL merasa sudah mampu untuk bangkit dan tidak mau selalu terpuruk dari masa lalu.

Menurut Lauster keyakinan akan kemampuan diri yaitu sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa dia mengerti sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.¹⁰⁵ Teori tersebut sejalan

¹⁰² Syaipul Amri, "Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa SMA Negeri 6 Kota Bengkulu", Jurnal Raflesia Vol. 03, No. 02, 2018, hlm. 161

¹⁰³ Syam, Asrullah, Amri, "Pengaruh kepercayaan diri (*Self Confidence*) Berbasis Kaderisasi IMM Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa", Jurnal Biotek, 5(1), 2017, hlm.93

¹⁰⁴ Ayu Setyaningrum dan Ridwan Arifin, "*Analisis Upaya Perlindungan dan Pemulihan Terhadap Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) Khususnya Anak-Anak dan Perempuan*", Jurnal Muqoddimah, 3(1), 2019, hlm. 15-16

¹⁰⁵ Syam, Asrullah, Amri, "Pengaruh kepercayaan diri (*Self Confidence*) Berbasis Kaderisasi IMM Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa", Jurnal Biotek, 5(1), 2017, hlm.93

dengan kondisi mitra IK yakni dengan memiliki sikap positif untuk selalu memegang prinsip untuk yakin dengan diri sendiri agar bisa dipercaya orang lain. Walaupun kondisi mitra IK pernah mengalami kdrt, hal tersebut tidak merubah keyakinan yang ada didalam dirinya karena mitra tahu bahwa itu merupakan bagian penting yang harus ada didalam hidupnya. Hal serupa ditunjukkan oleh kondisi keyakinan akan kemampuan diri mitra RI yang mampu melewati permasalahannya dan terlepas dari bayangan masa lalunya, sehingga kini mitra RI mampu bertahan hidup dengan tujuan dan kemampuan yang dimilikinya. Walaupun sebelumnya pernah mengalami rasa susah untuk yakin dengan diri sendiri, takut dan malu untuk bercerita terkait permasalahan kdrtnya itu kepada siapapun, karena merasa bahwa itu merupakan privasi yang tidak boleh disebarluaskan. Hal ini sesuai dengan pernyataan bahwa sebagian perempuan korban kdrt ada yang memilih untuk menutup rapat-rapat kasus kekerasan yang menimpa dirinya baik dengan alasan malu atau untuk menjaga keutuhan rumah tangga.¹⁰⁶

Dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa aspek keyakinan akan kemampuan diri memegang peran penting dalam hidup. Definisi keyakinan akan kemampuan diri menurut Madya dan pandangan Lauster mengenai sikap positif mendukung dari pernyataan mitra diatas. Dengan demikian, hal ini menekankan pentingnya keyakinan akan kemampuan diri sebagai cara utama dalam menghadapi tantangan dan mengejar tujuan hidup yang ingin dicapai.

2. Aspek Optimis

Menurut Lauster aspek optimis dilihat dari sikap positif seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala

¹⁰⁶ Aristiana P.R, dan Waode Hamsia “*Resiko Kekerasan Dalam Rumah Tangga Pada Pernikahan Usia Anak di Kawasan Marginal Surabaya*”, *Pedagogi : Jurnal Anak Usia Dini dan Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 2018, hlm.88

hal tentang diri, harapan dan kemampuannya.¹⁰⁷ Teori tersebut sesuai dengan kondisi kepercayaan diri mitra RH yang dapat memotivasi dirinya sendiri untuk mau sembuh dari rasa sakitnya dan semangat untuk melanjutkan hidup bahagia. Walaupun sebelumnya mitra RH sudah mengalami kekerasan dalam rumah tangga kurang lebih selama 16 tahun. Bahkan ada sebagian istri yang menjadi korban kekerasan dalam rumah tangga lebih memilih menahan penderitaan kekerasan yang dialaminya karena merasa khawatir terhadap masa depannya jika suaminya berurusan dengan penegak hukum.¹⁰⁸ Hal ini sesuai dengan kondisi yang pernah dialami mitra RH bahwasannya dirinya bertahan menahan rasa sakit baik secara lahir, batin, maupun fisik selama 16 tahun karena tidak ingin membuat suaminya berurusan dengan hukum sehingga berpengaruh pada pandangan anak-anaknya.

Sama halnya dengan mitra RI bahwa dirinya sudah bisa melewati kejadian kdrt yang menimpanya atau bahkan masalah-masalah lain yang pernah dialami. Dengan begitu sikap mitra RI yang dapat menunjukkan aspek optimisnya ketika mitra yakin dan siap untuk melewati tantangan lainnya yang mungkin akan terjadi dikemudian hari. Walaupun sebelumnya mitra menggambarkan bahwa dampak kdrt yang dialaminya dan sebelum dirinya mengikuti kegiatan konseling kelompok seperti sering menangis sendirian dirumah dan mengurung diri. Hal ini sesuai dengan dampak psikis yang pada umumnya dialami oleh korban KDRT, seperti sering melamun, murung, mudah menangis, hilangnya rasa percaya diri, menjadi pendiam, enggan untuk ngobrol, sering mengurung diri di kamar, hilangnya keberanian dalam berpendapat dan bertindak.¹⁰⁹

¹⁰⁷ Syam, Asrullah, Amri, "Pengaruh kepercayaan diri (*Self Confidence*) Berbasis Kaderisasi IMM Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa", *Jurnal Biotek*, 5(1), 2017, hlm.93

¹⁰⁸ La Jamaa, "*Perlindungan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Dalam Hukum Pidana Indonesia*", *Jurnal Cita Hukum*, 1 (2), 2014, hlm 250

¹⁰⁹ Maisah dan Yant, SS, "*Dampak Psikologis Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga di Kota Jambi*", *Jurnal Ilmu-Ilmu Ushuluddin*, 17 (2), 2016, hlm. 268

Setelah mengikuti konseling kelompok, berdasarkan wawancara mitra RI menjadi lebih banyak tahu tentang bentuk-bentuk kdrt, dan kekerasan terhadap perempuan. Mitra RI juga selalu berani untuk memberikan pendapat, dan terbuka pada orang yang dipercayainya.

Menurut Scheier & Carver menyatakan optimisme adalah keyakinan individu akan hasil yang baik dari usahanya, kemudian mendorong individu untuk terus berusaha dalam mencapai tujuan.¹¹⁰ Individu yang optimis akan berpikir semua yang akan terjadi di masa depan menumbuhkan hasil yang baik, selalu memiliki pikiran yang positif serta memberikan makna kepada semua hal yang telah terjadi dengan positif. Teori tersebut sesuai dengan kondisi kepercayaan diri mitra AL yang selalu berusaha untuk berpikir positif dan membangun keteguhan pada dirinya. Hal ini menjadikan pengalaman sulit mitra AL dapat menjadi pendorong untuk tumbuh dan mengubah diri menjadi pribadi yang lebih kuat dan tegas. Walaupun sebelumnya selain kdrt, mitra AL juga tidak mendapat dukungan dari keluarga dan lingkungan masyarakatnya. Sehingga membuat dirinya merasa tidak yakin bisa melewati ujian tersebut.

Hal serupa dialami oleh mitra IK dengan kondisi kepercayaan dirinya berdasar pada aspek optimis yakni dengan menerapkan sikap optimis semenjak kecil ketika dihadapkan pada suatu persoalan yang menimpa dirinya. Sehingga mitra IK selalu siap menghadapi tantangan dan selalu bersikap positif pada setiap kesulitan yang pernah dialaminya.

Dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa aspek optimis yang berdasar pada teori Lauster dan pandangan Scheier & Carver, yang diakui dalam konteks kepercayaan diri dan optimisme, mendukung temuan dari mitra RH, RI, AL dan IK. Permasalahan

¹¹⁰ A.D.P, Yoga, dkk, “*Optimisme dan resiliensi pada buruh yang terkena dampak pemutusan hubungan kerja (PHK) dimasa pandemi Covid-19*” INNER : Journal of Psychological Research, 1(4), 2022, hlm.187-193

dari masing-masing mencerminkan perjalanan dari ketidakmungkinan dan kerentanan menuju sikap yang lebih positif dan kuat. Meskipun menghadapi tantangan emosional, sosial, seperti kekerasan verbal atau non verbal, mitra menunjukkan perubahan sikap yang signifikan, menekankan pentingnya kesadaran, tekad, dan keyakinan akan hasil yang baik.

3. Aspek Objektif

Menurut Lauster orang yang percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.¹¹¹ Teori tersebut sesuai dengan kondisi kepercayaan diri mitra IK yang menyatakan selalu berusaha untuk menyelesaikan masalah dengan mencari tahu sebab akibatnya. Mitra IK juga selalu berpandangan positif terhadap segala sesuatu yang terjadi pada dirinya maupun orang lain. Hal serupa juga sesuai dengan kondisi mitra AL yang menyatakan bahwa dirinya lebih sadar akan situasi yang dialaminya dan mengidentifikasi bahaya yang terjadi dari situasi tersebut. Walaupun sebelumnya mitra AL sempat menyalahkan dirinya dan keadaan dengan mengeluh, nangis kencang bahkan sampai depresi berat. Untuk saat ini mitra AL menyatakan sudah jauh lebih ikhlas dan bisa menerima kenyataan sudah bisa menerima kenyataan, bahkan merasa hidup lebih bahagia dari sebelumnya.

Aspek objektif menurut Arifin yaitu pada saat berpikir harus sesuai dengan fakta atau sesuai dengan apa yang terjadi.¹¹² Teori tersebut sesuai dengan kondisi kepercayaan diri mitra RH yakni sekarang lebih sadar akan kekerasan yang dialaminya dan lebih terbuka sehingga dapat memandang permasalahan yang dialaminya

¹¹¹ Syam, Asrullah, Amri, "Pengaruh kepercayaan diri (*Self Confidence*) Berbasis Kaderisasi IMM Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa", *Jurnal Biotek*, 5(1), 2017, hlm.93

¹¹² M, Arifin, "*Membangun Konsep Ideal Penerapan Asas Iktikad Baik Dalam Hukum Perjanjian*" *Jurnal IUS Constituendum*, Vol.5 (1), 2020, hlm. 66

berdasarkan sudut pandang yang positif. Sama halnya dengan mitra RI yang dapat bersikap objektif dengan menyadari kekerasan tersebut dan sudah berani mencari bantuan atas permasalahannya. Serta terlihat saat dirinya berani mengambil keputusan dan memperjuangkan masa depan. Walaupun sebelumnya mitra masih menganggap bahwa kejadian yang dialaminya itu adalah aib rumah tangga, tapi disisi lain kebingungan membutuhkan bantuan. Pada akhirnya mitra RI memberanikan diri untuk mencari bantuan dan mendapat ilmu, hingga akhirnya dirinya sadar dan bisa berfikir secara objektif.

Berdasarkan paparan diatas menggambarkan pemahaman dan penerapan aspek objektif dalam mengatasi masalah ketiga mitra, yakni IK, AL, RH, dan RI. Keempat mitra menunjukkan pemahaman yang baik terhadap aspek objektif dalam menangani masalah, menggunakan berbagai pendekatan yang disesuaikan dengan konteks dan kebutuhan masing-masing.

4. Aspek Tanggung Jawab

Menurut Lauster bertanggung jawab dapat terlihat dari kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.¹¹³ Teori tersebut. Menurut Bahrudin tanggung jawab adalah kesanggupan untuk menetapkan sikap terhadap suatu perbuatan yang diimban dan kesanggupan untuk memikul resiko dari sesuatu perbuatan yang dilakukan.¹¹⁴ Dari kedua teori diatas sejalan dengan kondisi kepercayaan diri perempuan korban kdrt di Lrc-Kjham Semarang. Mitra RI mengungkapkan bahwa dirinya dapat bertanggung jawab atas segala keputusan ambil serta menyatakan bahwa dirinya selalu siap dengan

¹¹³ Syam, Asrullah, Amri, "Pengaruh kepercayaan diri (*Self Confidence*) Berbasis Kaderisasi IMM Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa", *Jurnal Biotek*, 5(1), 2017, hlm.93

¹¹⁴ Parlina, "*Hubungan Antara Self Regulated Learning Dengan Tanggung Jawab Santri Tingkat SLTA di Pondok Pesantren Modern Zam - Zam Muhammadiyah Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas*" Skripsi, (Universitas Muhammadiyah Purwokerto : Purwokerto, 2016, hlm.10

segala konsekuensi yang diterimanya. Walaupun sebelumnya harus diskusi terlebih dahulu dengan anaknya.

Sama halnya dengan mitra AL yang berani untuk mengambil keputusan sebagai jalan terbaik dari permasalahan yang dialaminya, yakni untuk berpisah dengan mantan suaminya yang melakukan KDRT terhadap dirinya. Walaupun mitra AL sempat ragu akan hal itu tapi setelah melewati beberapa proses dirinya merasa bahwa keputusan yang diambil merupakan keputusan yang sudah dipikirkan secara matang dan sanggup untuk mempertanggung jawabkannya.

Selanjutnya mitra IK juga menyatakan bahwa dirinya memiliki cara untuk bertanggung jawab atas dirinya sendiri. Dengan saat dirinya dapat mengambil keputusan dan siap menerima segala resiko yang akan terjadi. Baik berdasarkan pengalaman atau tidak, tapi mitra IK yakin bahwa dirinya selalu berusaha menjadi pribadi yang dapat bertanggung jawab. Begitu pun dengan mitra RH yang sama sekali tidak menyesal mengambil keputusan berpisah dengan mantan suaminya dan bisa bertemu dengan teman-teman yang juga mengalami tindak kekerasan dalam rumah tangga. Walaupun menurut pernyataan konselor akibat dari KDRT itu mitra RH mengalami sakit berbulan-bulan, merasa bingung dan cemas. Akan tetapi sekarang mitra RH sudah bisa menyadari apa yang harus dia lakukan, artinya dia sudah bisa mengambil keputusan yang baik untuk dirinya dan anak-anaknya.

Berdasarkan pemaparan diatas menunjukkan aspek bertanggung jawab untuk kepercayaan diri dalam konteks kehidupan empat perempuan korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang, yakni RI, AL, IK dan RH. Teori Lauster dan Bahrudin yang mendefinisikan tanggung jawab sebagai kesediaan untuk menanggung segala resiko dan konsekuensi dari perbuatan yang dilakukan seseorang sejalan dengan kesadaran diri mitra terhadap tanggung jawab atas kepercayaan diri mereka.

5. Aspek Rasional dan Realistis

Menurut Lauster aspek rasional dan realistis individu dapat terlihat dari individu menganalisa suatu masalah, suatu hal, suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.¹¹⁵ Teori tersebut sesuai dengan kondisi kepercayaan diri perempuan korban kdrt di Lrc-kjham Semarang. Mitra RH mengungkapkan bahwa dirinya dapat berfikir rasional dan realistis saat ia sadar bahwa tidak semua fakta yang ia temui harus berjalan sesuai dengan keinginannya. Awalnya mitra RH belum bisa mengenal dirinya seperti apa dan sering berekspektasi tinggi pada mantan suaminya. Tapi kini mitra RH memandang bahwa dirinya dapat berfikir rasional dan realistis berdasarkan pada fakta-fakta yang ia temui. Begitu juga dengan mitra IK yang berfiki rasional dan realistis saat dirinya dapat hidup sesuai dengan kemampuannya. Bisa diterima orang apa adanya, sesuai dengan apa adanya diri tanpa harus mengikuti ekspektasi orang lain. Konselor juga menambahkan bahwa perubahan yang terlihat dari mitra IK yakni lebih bisa mengendalikan emosinya dan fokus berjuang untuk kedua anaknya.

Kemudian kondisi kepercayaan diri mitra AL mau mencoba hal-hal yang yang baru. Karena sebelumnya mitra AL merupakan mempunyai pribadi yang pemalu, tidak suka menunjukkan diri, pendiam, merasa tidak memiliki bakat apapun. Sehingga sering mengabaikan segala fakta bahwa dirinya tidak bisa apa-apa. Tapi ternyata setelah dirinya berani gabung pada komunitas-komunitas, dan proses konseling, hal itu dapat merubah cara pandangnya. Dengan demikian sekarang ketika mitra AL dipercaya untuk melakukan sesuatu yang memang bukan bakatnya, mitra AL selalu

¹¹⁵ ¹¹⁵ Syam, Asrullah, Amri, "Pengaruh kepercayaan diri (*Self Confidence*) Berbasis Kaderisasi IMM Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa", *Jurnal Biotek*, 5(1), 2017, hlm.93

berani dan mau mencobanya terlebih dahulu.

Begitupun dengan mitra RI yang selalu berhati-hati dalam bertindak karena mengingat bahwa semua hal yang dilakukannya tidak mau merugikan diri sendiri dan orang lain. Sehingga mitra RI tidak memaksa untuk melampaui sesuatu yang bukan kemampuannya. Konselor juga menyatakan bahwa mitra RI sekarang bisa lebih pada usaha yang sedang dilakukannya yakni dengan berjalan sendal untuk memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari.

Berdasarkan teori dan pengalaman mitra diatas, dapat disimpulkan bahwa aspek rasional dan realistis, sebagaimana dikemukakan oleh Lauster dapat memainkan peran penting dalam pemikiran dan tindakan setiap individu. Hal ini tentunya sangat berperan dalam menggambarkan kepercayaan diri yang dimiliki oleh individu. Karena kepercayaan diri berasal dari tekad pada diri sendiri untuk melakukan segala sesuatu yang dibutuhkan dan diinginkan dalam hidup.

Berdasarkan analisis kondisi kepercayaan diri perempuan korban kdrt diatas berdasarkan aspek-bab diatas, maka mitra AL, RH dan RI dapat digolongkan pada tingkat kepercayaan diri yang cukup percaya diri. Dikarenakan berdasarkan kondisi kepercayaan dirinya yang berdasarkan aspek bahwa mereka sama-sama pernah mengalami kekerasan dalam rumah tangga yang berbentuk fisik dan penelantaran rumah tangga, dan mengalami berbagai dampak dari kekerasan tersebut. Akan tetapi mereka mempunyai keberanian untuk mengambil keputusan seperti melapor dan mereka juga sadar bahwa kekerasan tersebut tidak dapat dibenarkan sehingga mereka mengambil keputusan untuk berpisah. Mitra AL, RH, dan RI mempunyai tekad untuk bangkit dan pulih dari segala dampak kdrt yang dialaminya dan lebih fokus menjalani hidup untuk masa depan.

Kemudian mitra IK digolongkan pada tingkat kepercayaan

diri yang tinggi. Dikarenakan berdasarkan kondisi kepercayaan dirinya yang berdasarkan aspek bahwa bentuk kdrt yang dialami tidak membuat tingkat kepercayaan dirinya menurun. Setelah ditinggal oleh mantan suami, mitra IK lebih fokus untuk menjalani hidup bersama anak-anaknya dan membuktikan kepada mereka bahwa dirinya merupakan sosok ibu yang kuat.

Berdasarkan pemaparan diatas setelah proses konseling kelompok dilakukan, mitra menunjukkan perubahan perilaku berdasarkan pengamatan peneliti baik secara langsung maupun tidak langsung (wawancara dengan konselor dan mitra). Analisis mengenai hasil akhir proses konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri pada perempuan korban kdrt di Lrc-Kjham Semarang, digambarkan pada tabel berikut :

No	Informan	Aspek Kepercayaan diri	Sebelum Mengikuti Konseling	Sesudah Mengikuti Konseling
1.	AL	Keyakinan akan kemampuan diri	Terpuruk dan merasa tidak yakin dapat melewati kekerasan yang dialaminya.	Mau bangkit dari keterpurukan dan yakin untuk mencapai tujuan di masa depan.
2.		Optimis	Selalu berfikir buruk bahwa merasa dirinya tidak berharga dan merasa tidak ada yang menyangganginya.	Punya tekad kuat untuk pulih dari dampak kdrt dan yakin bisa keluar dari permasalahan yang dialaminya.
3.		Objektif	Membuat asumsi dengan merasa bahwa masalah yang dihadapinya banyak dan	Menyadari situasi yang dialaminya, mengidentifikasi bahaya kedepannya, dan selalu berusaha intropeksi diri.

			paling berat serta mengeluh banyak orang yang menyakitinya.	
4.		Bertanggung jawab	Bekerja memenuhi kebutuhan keluarga, mengelola keuangan keluarga, memenuhi tanggung jawab sebagai istri sekaligus seorang ibu	Berani mengambil keputusan untuk berpisah dari mantan suaminya dan yakin dapat bertanggung jawab atas keputusan tersebut.
5.		Rasional dan Realistis	Merasa minder dan mengabaikan fakta bahwa dirinya tidak mempunyai kemampuan apa-apa.	Berusaha untuk mau terbuka pandangannya dan mau mencoba hal-hal baru sesuai dengan kemampuannya.

Tabel 2 Kondisi Kepercayaan Diri Mitra AL Sebelum dan Sesudah Mengikuti Proses Konseling Kelompok di Lrc-Kjham Semarang.

No	Informan	Aspek Kepercayaan diri	Sebelum Mengikuti Konseling	Sesudah Mengikuti Konseling
1.	RI	Keyakinan akan kemampuan diri	Merasa Takut, cemas, malu bercerita, ragu untuk melakukan sesuatu.	Yakin mampu melewati kejadian yang pernah dialaminya, bisa hidup hingga kini tanpa terikat masa lalu.
2.		Optimis	Sering menangis dan bekeluh kesah sendiri, memendam masalah, karena merasa takut dan malu untuk menceritakan masalahnya.	Bertambah wawasan, berani terbuka kepada orang lain, dan yakin bisa melewati masalah yang akan datang dikemudian hari.
3.		Objektif	Membuat asumsi bahwa kdrt yang dialaminya adalah aib	Menyadari situasi yang dialaminya, berani mencari bantuan, dan lebih mementingkan masa depan dengan keluarganya
4.		Bertanggung jawab	Selalu berusaha untuk bertanggung jawab.	Yakin dengan keputusannya dan selalu siap dengan konsekuensinya.
5.		Rasional dan Realistis	Bertindak sesuai dengan kemampuan dan selalu berhati-hati dalam tindakan tersebut.	Lebih mandiri dengan usahanya, lebih mengutamakan kebutuhan hidupnya.

Tabel 3 Kondisi Kepercayaan Diri Mitra RI Sebelum dan Sesudah Mengikuti Proses Konseling Kelompok di Lrc-Kjham Semarang

No	Informan	Aspek Kepercayaan diri	Sebelum Mengikuti Konseling	Sesudah Mengikuti Konseling
1.	RH	Keyakinan akan kemampuan diri	Bingung dengan keadaan, mempunyai pikiran sulit menjalani hidup.	Yakin dengan usahanya untuk dapat bangkit, dapat menjalankan bisnisnya dan yakin bisa mencapai tujuan hidup.
2.		Optimis	Selalu bingung dan berfikir dapatkah melewati masalah yang dihadapinya	Bisa memotivasi diri untuk mau sembuh dari sakit secara fisik dan batin, selalu yakin mempunyai harapan hidup yang lebih baik dari kemarin.
3.		Objektif	Selalu melibatkan emosional dalam permasalahannya	Dapat memandang permasalahannya dari sudut pandang yang lebih baik,
4.		Bertanggung jawab	Bekerja memenuhi kebutuhan keluarga, memenuhi tanggung jawab sebagai istri sekaligus seorang ibu.	Selalu berani mengambil keputusan dan tidak menyesalinya.
5.		Rasional dan Realistis	Menggantung harapan dan selalu berekspektasi tinggi pada mantan suaminya.	Menyadari fakta bahwa tidak semua keadaan harus sesuai dengan keinginannya

Tabel 4 Kondisi Kepercayaan Diri Mitra RH Sebelum dan Sesudah Mengikuti Proses Konseling Kelompok di Lrc-Kjham Semarang

No	Informan	Aspek Kepercayaan diri	Sebelum Mengikuti Konseling	Sesudah Mengikuti Konseling
1.	IK	Keyakinan akan kemampuan diri	Permasalahan kdrt yang dialaminya tidak membuat keyakinan dalam dirinya menurun.	Yakin dan percaya pada diri sendiri merupakan hal yang penting dalam kehidupannya.
2.		Optimis	Selalu belajar dari pengalaman masa kecilnya yang selalu optimis bisa melewati berbagai tantangan dalam hidup.	Selalu siap menghadapi tantangan dan bersikap positif dalam melewati berbagai kesulitan.
3.		Objektif	Berani menghadapi dan menyelesaikan masalah.	Tidak gampang menilai orang lain dari pandangan diri sendiri, selalu mencari tahu sebab akibatnya.
4.		Bertanggung jawab	Mempunyai kepribadian yang jika mengambil sebuah keputusan berani akan resiko tersebut.	Mempunyai cara sendiri dalam bertanggung jawab. Baik berdasarkan pengalaman atau tidak.
5.		Rasional dan Realistis	Sedikit sulit mengendalikan emosinya	Melakukan sesuatu dengan kemampuannya, dan dapat membangun dukungan emosionalnya

Tabel 5 Kondisi Kepercayaan Diri Mitra IK Sebelum dan Sesudah Mengikuti Proses Konseling Kelompok di Lrc-Kjham Semarang

3. Analisis tahapan proses konseling kelompok

Timbulnya perasaan rendah diri, tidak percaya diri, bahkan selalu menyalahkan diri sendiri, merupakan dampak psikis yang dialami perempuan korban kdrt di Lrc-Kjham Semarang. Jika kepercayaan diri yang rendah dapat diubah, maka perempuan korban kdrt di Lrc-Kjham Semarang dapat mengevaluasi diri dengan baik, dapat menjadikan dirinya sebagai manusia yang berharga, percaya diri dan merasa layak. Oleh karena itu, dalam upaya penyelesaian masalah yang dihadapi oleh korban kdrt di Lrc-Kjham Semarang, maka pihak lembaga yaitu konselor menyediakan dan melakukan proses konseling kelompok agar dapat membantu korban dalam menyelesaikan permasalahannya.

Menurut Prayitno layanan konseling kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan klien memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok, masalah yang dibahas itu adalah masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok.¹¹⁶ Berdasarkan hasil wawancara dan observasi dengan konselor, bahwasannya dalam proses konseling kelompok teknik yang digunakan bukan hanya bercerita melainkan, bisa melalui teknik membaca puisi, menulis, permainan dan teater. Hal ini dapat diselenggarakan untuk memperkuat jiwa kelompok, memantapkan pembahasan, atau relaksasi.

Begitupun dengan proses konseling kelompok yang dilakukan di Lrc-Kjham Semarang dengan melalui beberapa tahap, diantaranya :

1) Tahap Pembentukan

Menurut Prayitno dikutip oleh Suci Lia Sari tahap pembentukan merupakan tahap pengenalan dan tahap partisipasi awal dalam kelompok. Tahapan ini sangat perlu sebagai dasar

¹¹⁶ Dina Hajja Ristianti, Irwan Fathurrochman, "Penilaian Konseling Kelompok", (Yogyakarta, Deepublish, 2020) hlm. 10

pembentukan dinamika kelompok.¹¹⁷ Pada tahap ini para anggota kelompok saling memperkenalkan diri dan juga mengungkapkan tujuan kegiatan konseling kelompok yang ingin dicapai. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian di Lr-Kjham Semarang, pada tahap pembentukan ini para anggota akan dibagi menjadi beberapa kelompok sesuai dengan jumlah anggota yang hadir pada kegiatan konseling kelompok tersebut. Biasanya terbagi menjadi tiga atau empat kelompok, dan disetiap kelompoknya berisi lima atau enam anggota. Kemudian para anggota memang sudah saling mengenal satu sama lain, karena kebanyakan dari mereka merupakan anggota yang lama dan sudah beberapa kali mengikuti kegiatan konseling kelompok.

Menurut Putri Ardila, dkk, Kerahasiaan dalam konseling mempengaruhi keterbukaan antar anggota kelompok. Tanpa keterbukaan, konseling kelompok tidak akan berhasil. Misalnya dalam konseling kelompok, keterbukaan antar anggota kelompok ibarat asas kerahasiaan, dan konseling tanpa keterbukaan tidak akan berhasil.¹¹⁸ Hal ini sejalan dengan tahap pembentukan pada proses konseling kelompok di Lrc-Kjham Semarang, selain para anggota sudah saling mengenal, mereka juga sudah saling menerima dan percaya sehingga memungkinkan untuk terciptanya suasana saling terbuka dengan konselor atau para anggotanya.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi dengan mitra RB bahwa proses konseling kelompok di Lrc-Kjham Semarang, pada tahap pembentukan ini konselor selalu mengingatkan kembali terkait norma-norma yang ada dalam kelompok, hal ini berhubungan dengan rahasia para anggotanya yang bersifat data

¹¹⁷ Suci Lia Sari dan Rika D, “*Hubungan Aktivitas Mengikuti Layanan Konseling Kelompok dengan Kepercayaan Diri Mahasiswa PIAUD STAI Auliurasyidin Tembilahan*”, Jurnal Mitra Ash-Shibyan, Vol.3(1), 2020, hlm.59

¹¹⁸ Putri Ardila, dkk, “*Membangun kepercayaan : Relevansi Kerahasiaan Dalam Mengatasi Masalah Trust Issue Pada Konseling Kelompok*” JISHS, Vol.2(3), 2024, hlm. 368

atau persoalan yang dihadapi mereka. Seperti yang dikemukakan oleh Nurussakinah Daulay, dkk, bahwa asas kerahasiaan dalam bimbingan dan konseling yaitu asas yang menuntut untuk merahasiakan seluruh data dan keterangan yang didapatkan dalam proses bimbingan dan konseling terhadap orang lain.¹¹⁹ Dalam hal ini konselor akan menjaga rahasia dari semua data klien dan menjamin rasa aman terhadap pandangan buruk dari sesama anggota ataupun orang lain.¹²⁰

2) Tahap Peralihan

Pada tahap ini menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan pada tahap selanjutnya, menawarkan atau mengamati apakah anggota kelompok sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya, membahas suasana yang timbul, dan meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.¹²¹ Hal ini sesuai dengan tahap konseling kelompok di Lrc-Kjham Semarang, pada tahap peralihan merupakan tahap diskusi terkait agenda/tema apa yang akan dibahas pada pertemuan tersebut. Konselor akan memastikan bahwa semua anggota sudah siap dengan kegiatan yang akan dilakukan dan konselor menegaskan kembali peran yang harus dilakukan anggota kelompok agar muncul rasa kesukarelaan serta tidak cemas pada saat melakukan agenda pada tahap kegiatan. Hal ini sejalan dengan pendapat Prayitno yang menyatakan bahwa tahap peralihan merupakan pembangunan jembatan antara tahap pertama dan tahap ketiga.¹²² Sehingga pada tahap ini para anggota

¹¹⁹ Nurussakinah Daulay, dkk, “*Gambaran Pentingnya Menggunakan Asas Kerahasiaan dalam Melakukan Layanan Konseling Individu di Desa Timbang Lawan*” *Guidance : Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol.19 (2), 2022, hlm.188

¹²⁰ Siti Raminah, “Prinsip dan Asas Bimbingan Konseling”, *Jurnal Osfpreprints*, 2021, hlm. 5-7

¹²¹ Gagan Abdul Muiz, dkk, “*Peran Layanan Konseling Kelompok Terhadap Perilaku Agresif Pelajar*”, *Jurnal Irsyad*, Vol.5, No. 2, 2017, hlm. 212-215

¹²² Suci Lia Sari dan Rika D, “*Hubungan Aktivitas Mengikuti Layanan Konseling Kelompok dengan Kepercayaan Diri Mahasiswa PIAUD STAI Auliurasyidin Tembilahan*”, *Jurnal Mitra Ash-Shibyan*, Vol.3(1), 2020, hlm.59

akan diingatkan kembali terkait agenda/tema yang akan dibahas agar lebih siap untuk beralih pada tahap kegiatan.

3) Tahap Kegiatan

Pada tahap kegiatan interkasi antara anggota kelompok mulai meningkat. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi dengan konselor, pada tahap kegiatan konseli yang bersedia untuk memaparkan permasalahannya dipersilahkan untuk menceritakannya. Jika mitra sudah selesai memaparkan permasalahannya, entah itu tentang kekerasan yang dialaminya, tentang keluarga, lingkungan, ataupun terkait perasaannya, maka anggota yang lain dan konselor akan menyimak dan memahami apa yang disampaikan oleh mitra tersebut. Setelah itu konselor mempersilahkan anggota lainnya untuk memberikan suara terkait apa yang disampaikan konseli, jika memang yang konseli bersedia untuk ditanggapi. Jika dari konseli tidak bersedia untuk diberi tanggapan, maka konselor dan anggota lainnya cukup menjadi pendengar yang baik. Pada tahap ini juga biasanya perilaku yang ditunjukkan konseli saat bercerita ialah mudah menangis. Karena konseli benar-benar meluapkan masalahnya di kegiatan tersebut. Setelah menggali informasi terkait permasalahan konseli dan apa yang melatar belakangi, maka konselor menentukan bantuan apa yang akan diberikan. Bantuan yang diberikan yaitu dengan pemberian motivasi, dukungan, serta pemahaman dan pengertian pada konseli, yang diharapkan konseli dapat memahami situasi, kondisi, serta konseli lebih semangat. Hal ini sejalan dengan pendapat Prayitno bahwa pada tahap ini para anggota kelompok saling tukar pengalaman dalam bidang suasana perasaan yang terjadi, pengutaraan, penyajian dan pembukaan diri berlangsung dengan bebas.¹²³ Masing-masing anggota kelompok secara bebas

¹²³ Suci Lia Sari dan Rika D, “*Hubungan Aktivitas Mengikuti Layanan Konseling Kelompok*

mengemukakan masalah yang akan dibahas, menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu, kemudian anggota membahas masing-masing masalah secara mendalam dan tuntas, akhir tahapan ini adalah dihasilkan solusi atau penyelesaian masalah atas permasalahan yang telah dibahas.

Pada tahap ini proses konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri pada perempuan korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang menggunakan beberapa teknik untuk mendukung jalannya konseling kelompok. Diantaranya teknik yang digunakan ialah teknik bercerita, teknik permainan dalam kelompok, membaca puisi, menulis dan bermain peran. Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Nasrina dan Slamet bahwa teknik dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok yakni terdapat beberapa teknik diantaranya teknik umum, teknik permainan, modeling, bermain peran, menggunakan humor, dan *homework assignments*.¹²⁴ Berdasarkan teknik yang dikemukakan oleh Nasrina dan Slamet, proses konseling kelompok di Lrc-Kjham Semarang pada tahap ini lebih sering menggunakan teknik umum yakni komunikasi multi arah secara efektif dan terbuka, yakni komunikasi yang mengarah pada diskusi, pengembangan argumentasi, memantapkan respon dari aktivitas kelompok, pemberian contoh untuk memantapkan analisis, pembahasan terkait solusi untuk mengatasi masalah, dan pembentukkan tingkah laku yang dikehendaki. Hal ini dilakukan agar konseling kelompok dapat berjalan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai yakni terpecahkannya masalah anggota kelompok, memberikan motivasi untuk perubahan melalui potensi yang dimiliki, dan

dengan Kepercayaan Diri Mahasiswa PIAUD STAI Auliurasyidin Tembilahan”, Jurnal Mitra Ash-Shibyan, Vol.3(1), 2020, hlm.59

¹²⁴ Nasrina Nu Fahmi dan Slamet, “*Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman*” Jurnal Hisbah, Vol.13(1), 2016, hlm. 73-74

membentuk kepercayaan dirinya. Hal ini sejalan dengan pendapat Lia Amalia bahwa kepercayaan diri dapat berkembang dan terbentuk melalui interaksi individu dengan orang lain melalui penghargaan, penerimaan, dan respon sikap yang baik dari orang lain secara terus menerus.¹²⁵

Berdasarkan hasil wawancara dengan konselor pada tahap ini ditemukan kendala yang sering terjadi saat konseling kelompok dilakukan. Diantaranya masih ada anggota kelompok yang belum bisa bercerita dengan jujur akan permasalahannya. Hal ini sejalan dengan pendapat Kamaruzzaman bahwa salah satu faktor penghambat yang berasal dari konseli dalam kegiatan konseling ialah konseli tidak mau terbuka sepenuhnya kepada konselor atas persoalan yang dihadapi.¹²⁶ Hambatan tersebut biasanya terjadi pada konseli yang baru bergabung dalam kegiatan konseling sehingga malu untuk bercerita secara keseluruhan. Bisa juga dikarenakan konseli merasa tidak nyaman dengan suasana konseling yang dilakukan. Hambatan lain yang terjadi pada proses konseling kelompok di Lrc-Kjham Semarang pada tahap ini ialah ketika salah satu anggota kelompok sedang memaparkan masalahnya terkadang lupa untuk memberikan kesempatan anggota lain untuk bercerita. Sehingga disini waktu yang dibutuhkan dalam konseling kelompok terbatas.

4) Tahap Pengakhiran

Tahap akhir yaitu penilaian dan tindak lanjut, konselor dan para anggota mengungkapkan kesan dan hasil kegiatan. Kemudian membahas kegiatan lanjutan dan mengemukakan kesan dan harapan. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi dengan

¹²⁵ Lia Amalia, "STAIN Ponorogo Dengan Pelatihan Pengenalan Diri", Jurnal Kodifikasi, 8.2, (2014), 129

¹²⁶ Kamaruzzaman, "Analisis Faktor Penghambat Kinerja Guru Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Atas" Sosial Horizon : Jurnal Pendidikan Sosial, Vol.3(2), 2016, hlm.232

konselor konseling kelompok di Lrc-Kjham Semarang, setelah dilakukan konseling dari tahap pembentukan sampai tahap kegiatan, kemudian tahap selanjutnya ialah tahap pengakhiran. Pada tahap ini konselor dan para anggota mengungkapkan sebuah kesimpulan dari kegiatan konseling kelompok yang sudah dilakukan. Kemudian membahas kegiatan lanjutan dan menyampaikan kesan dan harapan. Hal ini sesuai dengan pendapat Prayitno bahwa tahapan akhir kegiatan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok, serta merencanakan kegiatan selanjutnya.¹²⁷ Walaupun selama proses konseling yang sudah dilakukan, konselor menemukan kendala-kendala seperti sulit mendapat informasi yang detail terkait masalah yang dialami klien karena tidak semua klien berani untuk mengungkapkan masalahnya secara keseluruhan. Tetapi permasalahan tersebut dapat terselesaikan secara perlahan-lahan meskipun membutuhkan waktu yang cukup lama.

Berdasarkan hasil wawancara, proses konseling kelompok di Lrc-Kjham Semarang pada tahap akhir ini para anggota merasa senang, lega, dan merasa terbantu dengan adanya diskusi terkait masalah yang dihadapi serta merasa terbantu melalui ilmu yang di dapat pada saat proses konseling kelompok dilaksanakan. Pada tahap akhir ini yang penting adalah bagaimana keterampilan anggota dalam mentransfer apa yang telah dipelajari dalam konseling kelompok ke dalam kehidupannya diluar lingkungan kelompok. Tidak semua anggota kelompok dapat dengan mudah merealisasikan rencana-rencana atau keputusan-keputusannya, karena itu konselor bersama anggota kelompok perlu memberikan penguatan kepada tiap anggota kelompok mengenai konsekuensi

¹²⁷ Suci Lia Sari dan Rika D, “*Hubungan Aktivitas Mengikuti Layanan Konseling Kelompok dengan Kepercayaan Diri Mahasiswa PIAUD STAI Auliurasyidin Tembilahan*”, Jurnal Mitra Ash-Shibyan, Vol.3(1), 2020, hlm.59

dari keputusan yang diambil melalui kegiatan konseling kelompok.¹²⁸ Dengan demikian, proses penyelesaian masalah individu dalam konseling kelompok menjadi lebih luas. Jika dalam konseling individu klien hanya mendapat manfaat dari hubungannya dengan konselor, dalam konseling kelompok klien juga mendapatkan wawasan dan dukungan untuk pengembangan diri serta pemecahan masalah dari konselor maupun anggota kelompok lainnya.¹²⁹

4. Analisis hasil proses konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri pada perempuan korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang

Korban lebih termotivasi untuk mengungkapkan pendapat dan mengambil keputusan positif. Keyakinan terhadap kemampuan diri meningkat, mendorong mereka untuk merencanakan masa depan yang lebih baik. Konseling juga memberikan ruang untuk belajar strategi coping yang sehat, membantu mereka menghadapi situasi sulit. Hasilnya, banyak yang berani mengambil langkah keluar dari hubungan berbahaya dan mencari peluang baru. Proses ini memperlihatkan pentingnya dukungan komunitas dalam pemulihan psikologis. Secara keseluruhan, konseling kelompok menjadi alat yang ampuh dalam memulihkan kepercayaan diri korban KDRT. Hasil ini menyoroti peran penting lembaga seperti Lrc-Kjham dalam mendukung perempuan. Dengan pendekatan yang tepat, perempuan dapat membangun kembali kehidupan yang lebih baik. Penelitian ini menunjukkan bahwa konseling kelompok dapat berdampak signifikan pada kehidupan individu. Kesadaran dan kepercayaan diri yang baru

¹²⁸ Gagan Abdul Muiz, dkk, "Peran Layanan Konseling Kelompok Terhadap Perilaku Agresif Pelajar", *Jurnal Irsyad*, Vol.5, No. 2, 2017, hlm. 212-215

¹²⁹ MA Muttaqin, A Murtadho, A Umriana, "*Bimbingan Konseling Bagi Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga di Lrc-Kjham Semarang*", *Jurnal Studi Gender*, 11 (2), 2016, hlm. 197

membekali mereka untuk menghadapi tantangan masa depan. Proses ini tidak hanya membantu mereka sembuh dari luka emosional, tetapi juga memberdayakan mereka. Melalui dukungan yang konsisten, peserta merasa lebih kuat dan berdaya. Ini adalah langkah penting menuju pemulihan jangka panjang. Dengan demikian, konseling kelompok terbukti efektif dalam membentuk kepercayaan diri perempuan korban KDRT di Lrc-Kjham Semarang, dengan adanya konseling kelompok para korban mempunyai wadah yang tepat untuk membahas permasalahan dan mendapatkan informasi yang mendalam serta saling bertukar pikiran dan pendapat terutama dalam meningkatkan rasa percaya dirinya. Melalui konseling kelompok para anggota juga dapat mengembangkan perilaku yang baik dan bisa meningkatkan kemampuan sosial yang dimilikinya, seperti belajar bekerja sama, belajar memahami, belajar dalam mengemukakan pendapat, belajar untuk menghargai orang lain dan bisa untuk berlapang dada menerima pendapat dari orang lain. Kesiapan untuk mendengarkan pendapat orang lain dan kemampuan menyampaikan pendapat, empati, *cohesiveness* merupakan dimensi positif bagi anggota kelompok sehingga proses kelompok dapat dijadikan sebagai media untuk mengembangkan kepribadian mereka.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis di atas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok untuk membentuk kepercayaan diri pada perempuan korban kdrt di Lrc-Kjham Semarang memiliki tujuan agar mitra (korban) menyadari apa yang telah dialaminya, memahami hak-hak mereka, mampu menentukan langkah yang tepat dengan mempertimbangkan risiko agar tidak menimbulkan penyesalan, serta dapat memberikan masukan dan dukungan kepada korban lain yang mengalami situasi serupa. Dengan demikian mitra (korban) dapat menyadari bahwa mereka tidak sendirian dan bisa bersama-sama berjuang untuk mengatasi masalah yang mereka hadapi.

Proses konseling kelompok yang diberikan menggunakan empat tahapan yaitu, *tahapan pembentukan*, yakni mempersiapkan terbentuknya kelompok dan menumbuhkan suasa kelompok serta minat para anggota untuk mengikuti kegiatan tersebut. Pada tahap ini konselor menekankan kembali norma-norma yang ada dalam kegiatan agar kerahasiaan para anggota kelompok terjaga sehingga membuat seluruh anggota merasa yakin dalam mengeluarkan pendapatnya. *Tahap peralihan*, yakni meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota dan konselor akan menjelaskan apa saja agenda yang akan dilakukan. *Tahap kegiatan*, setiap anggota kelompok menyampaikan masalah pribadinya yang membutuhkan bantuan, dengan menjelaskan secara rinci masalah tersebut. Kemudian, anggota lain memberikan tanggapan atas apa yang telah disampaikan. *Tahap akhir*, konselor dan para anggota mengungkapkan sebuah kesimpulan dan kesan dari proses konseling kelompok yang telah dilakukan.

Proses konseling kelompok di Lrc-Kjham Semarang efektif dalam membentuk kepercayaan diri perempuan korban KDRT. Dukungan emosional, pendidikan tentang kekerasan, serta bimbingan untuk berpikir positif dan mandiri, telah membantu para korban keluar dari trauma mereka dan mencapai kepercayaan diri yang lebih stabil. Dengan fokus pada pengembangan aspek-aspek kunci seperti optimis, keyakinan akan kemampuan diri, objektif, dan tanggung jawab, korban KDRT dapat pulih dari trauma, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan kemampuan dalam mengambil keputusan hidup yang lebih baik.

B. Saran

Berdasarkan penelitian diatas mengenai kosneling kelompok dalam membentuk kepercayaan diri perempuan korban kdrt di Lrc-Kjham Semarang, penulis menyarankan:

1. Bagi mahasiswa, khususnya yang ada di jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam agar mampu memperdalam dan melanjutkan penelitian yang berhubungan dengan variabel ini secara lebih lengkap dan komprehensif demi kemajuan dan perkembangan bidang pengetahuan di masa mendatang.
2. Bagi lembaga, penulis sangat mengapresiasi *Legal Resources Center- Untuk Keadilan Jender Dan Hak Asasi Manusia (Lrc-Kjham) Semarang* yang telah membantu para perempuan korban kekerasan untuk menyelesaikan masalahnya dan kembali pulih.

C. Penutup

Alhamdulillah, segala puji dan syukur bagi Allah Swt. Yang telah memberi limpahan kasih sayang, taufiq dan hidayah-Nya yang tak terhingga pada penulis, sehingga dapat menyelesaikan penellitian ini dengan baik dan lancar tanpa halangan apapun. Penulis menyadari pada skripsi ini terdapat banyak kurang dan salah dalam menyusun dan menyampaikan. Dengan segala keterbatasan itu, penulis berharap banyak kritik dan saran dari pembaca, sehingga hal itu dapat penulis gunakan

untuk memperbaiki kedepannya nanti. Penulis berharap agar penelitian ini dapat membawa manfaat untuk para pembaca dan terkhusus untuk penulis sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- A. D. P, Yoga, dkk. 2022. *Optimisme dan resiliensi pada buruh yang terkena dampak pemutusan hubungan kerja (PHK) dimasa pandemi Covid-19. INNER. Journal of Psychological Research* 1(4)
- Abdullah K. 2018. *Beberapa Metodologi Dalam Penelitian Pendidikan dan Manajemen*. Gowa : Gunadarma Ilmu
- Al Habsy, Bakhrudin. 2017. *Filosofi Keilmuan Bimbingan dan Koseling*. Jurnal Pendidikan 2(1)
- Alfansyur, Andarusni, dkk. 2020. *Seni Mengelola Data : Penerapan Triangulasi Teknik, Sumber dan Waktu Pada Penelitian Pendidikan Sosial*. Jurnal Historis 5(2)
- Alimi, Rosma & Nunung Nurwati. 2021. *Faktor Penyebab Terjadinya KDRT Terhadap Perempuan*. JPPM 2(1)
- Almamuda, Ridwana. 2022. *Tinjauan Hukum Islam Terhadap Upaya Mewujudkan Keluarga Sakinah Bagi Suami Istri Yang Belum Memiliki Keturunan Di Desa Lereng Kecamatan Kuok*. Skripsi (UIN Sultan Syarif Kasim : Riau)
- Amalia, Lia. 2014. *STAIN Ponorogo Dengan Pelatihan Pengenalan Diri*, Jurnal Kodifikasi, 8 (2)
- Amri, Syaipul. 2018. *Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa SMA Negeri 6 Kota Bengkulu*. Jurnal Raflesia 3(2)
- Anggito, Albi & Johan Setiawan. 2018. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Sukabumi : CV Jejak
- Anggraini, Hetty, dkk. 2022. *Pelatihan Konseling Kelompok Berbasis Parenting Bagi Guru PAUD Desa Karanganyar Lampung Selatan*. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Vol. 1(8)
- Antini, Ni Kadek Ayu, dkk. 2019. *Pengaruh Metode Show and Tell Terhadap Kepercayaan Diri Anak Kelompok A Taman Kanak-Kanak Gugus VII Kecamatan Buleleng*. Journal Undiksha 7(2)
- Ardila, Putri, dkk. 2024. *Membangun Kepercayaan : Relevansi Kerahasiaan Dalam Mengatasi Masalah Trust Issue Pada Konseling Kelompok*. JISHS 2(3)

- Ariany, Tri. 2013. *Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Kekerasan Terhadap Anak Oleh Orang Tua Dalam Rumah Tangga Di Tinjau Dari Kriminologi Di Kota Pontianak*. Skripsi (Fakultas Hukum Universitas Tanjung Pura)
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Metode Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Arum, Erma Chayaning. 2020. *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Keperawatan Purwokerto Yang Sedang Magang di Rumah Sakit*. Skripsi. (Univeristas Muhammadiyah : Purwokerto)
- Asmadi, Erwin. 2018. *Peran Psikiater Dalam Pembuktian Kekerasan Psikis Pada Korban Tindak Pidana KDRT*. Jurnal Ilmu Hukum 3(1)
- Asman. 2022. *Keluarga Sakinah Dalam Kajian Hukum Islam*. Al-Qadha 7(2)
- Atoillah, Ahmad Nabil, dkk. 2021. *Istri Nusyûz dalam Pandangan Ulama Pedesaan*. Jurnal Istinbath 16(2)
- Atsari, Afifah dan Y.F La Kahija. 2015. *Makna Kekerasan Dalam Rumah Tangga Bagi Istri : Sebuah Studi Interpretative Phenomenological Analysis*, Jurnal Empati, 3(4)
- Aulia, Putri Ayu. *Budaya Kekerasan Dalam Rumah Tangga dan Patriarki Terhadap Perempuan Serta Upaya Perlindungannya*, <https://doi.org/10.5281/zenodo.7998460>, diakses : 02 Agustus 2024
- Bentuk-bentuk KDRT menurut Pasal 5 UU RI No. 23 Tahun 2004, <https://komnasperempuan.go.id/instrumen-modul-referensi-pemantauan-detail/menemukanali-kekerasan-dalam-rumah-tangga-kdrt>, di akses Jumat, 24 November 2023
- Data Kekerasan Perempuan & Anak Provinsi Jawa Tengah 2019-2023
- Daulay, Nurussakinah, dkk. 2022. *Gambaran Pentingnya Menggunakan Asas Kerahasiaan Dalam Layanan Konseling Individu di Desa Timbang Lawan*. Guidance : Jurnal Bimbingan dan Konseling 19(2)
- Departemen Agama. 2007. *Al-Quran dan Terjemah Special For Woman*. Bandung : Sygma Examedia Arkanleema
- Dewi, Sartika. 2020. *Perlindungan Hukum Terhadap Korban KDRT Dihubungkan Dengan UU Kesehatan No.36 Tahun 2009*. Jurnal Sehat Masada

14(2)

Draft II Laporan Tahunan Situasi KTP di Jawa Tengah 2020

El-Fiah, Rifda. 2016. *Konseling Keluarga Dalam Perspektif Hukum Islam*. Jurnal Analisis 16(1)

Ernawati, dkk. 2019. *Pendekatan Konseling Perspektif Gender Dalam Menangani Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)*. Journal of Guidance and Counseling 3(2)

Fahmi, Nasrina Nur dan Slamet. 2016. *Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman*. Jurnal Hisbah 13(1)

Filda, Widia dan Nurul Hikmah. 2023. *Increase Student's Self-Acceptance Through Cognitive Restructuring Techniques in Group Counseling.*”, Journal of Advanced Guidance and Counseling, Vol.4 (2)

Folastri, Sisca, dkk. 2016. *Prosedur Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Bandung : Mujahid Press

Ghufron, M,Nur & Rini Risnawati S. 2011. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta : Ar-Ruzz Media

Hadjar, Ibnu. 1998. *Dasar-dasar Metode Penelitian Kuantitatif dalam Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada

Hadori Mizana, A.U, & Eri Elmawati. 2023. *Gambaran Proses Self-Acceptant Pada Wanita Dewasa Yang Mengalami Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)*. Jurnal Ilmiah Psikologi 14(1)

Halik, Al. 2020. *A counseling service for developing the qona'ahattitudenof millennial generation in attaining happiness*. Journal of Advance Guidance and Counseling. 1(2)

Hanani, Silfia. 2013. *Mengatasi Kekerasan dalam Rumah tangga Melalui Institusi Adat Minang Kabau (Suatu upaya Dalam mewujudkan Kesejahteraan Berbasis Perspektif Lopklitas Religius)*. AICIS Conference Proceeding (1)

Hasanah, Hasyim. 2016. *Teknik-Teknik Observasi*. Jurnal At-Taqaddum 8(1)

Hermana, Ceria dan Dyta. S. 2018. *Kajian Metode Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Kemampuan Interaksi Sosial Pada Anak Yang*

Berhadapan Dengan Hukum. Jurnal Nasional Psycho Idea. 16(2)

Hidayati, Ema. 2013. *Optimalisasi Pelayanan Bimbingan dan Konseling Agama Bagi Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial (PMKS)*. Jurnal Pemikiran Agama untuk Pemberdayaan. 13 (2)

Hurlock, Elizabeth. 2017. *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga

Jamaa, La. 2014. *Perlindungan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Dalam Hukum Pidana Indonesia*. Jurnal Cita Hukum 1(2)

Kamaruzzaman. 2016. *Analisis Faktor Penghambat Kinerja Guru Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Atas*. Sosial Horizon : Jurnal Pendidikan Sosial 3(2)

K. I, Marheni. 2022. *Kepercayaan Diri Mahasiswa/i Angkatan 2020 Program Studi Bimbingan dan Konseling di Universitas Sanata Dharma*. Solution : Jurnal of Counseling and Personal Development 4(1)

Khairunnisa, Astra, dkk. 2023. *Penerapan Konseling Kelompok Teknik Direktif Untuk Mengatasi Kecemasan KDRT di UPTD PPA Bantul Yogyakarta*. Jurnal Sosial dan Humaniora 7(3)

Kibtyah, Maryatul. 2014. *Peran Konseling Keluarga Dalam Menghadapi Gender Dengan Segala Permasalahannya*. Jurnal Sawwa 9(2)

Komnas Perempuan, “Menemukan Kekerasan Dalam Rumah Tangga”,
<https://komnasperempuan.go.id> diakses Rabu, 03 Januari 2024

Kurniawan, R,A, dkk. 2019. *Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik Cognitive Restructuring (CR) Terhadap Motivasi Belajar Siswa*. Jurnal Advice 1(1)

Kurniawati, Citra Ayu. 2023. *Hasil Wawancara Pribadi : 08 November 2023, Semarang*

Kurniawati, Citra Ayu. 2024. *Hasil Wawancara Pribadi : 27 Februari 2024, Semarang*

Lestari, Indah. *Konseling Kasus Kekerasan Dalam Rumah Tangga di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak Kabupaten Jember*. 2023. Skripsi, (UIN Kiai Haji Achmad Siddiq : Jember)

Longkutoy, Nathania dan Jehosua Sinolungan. 2015. *Hubungan Pola Asuh Orang*

Tua Dengan Kepercayaan Diri Siswa SMP Kristen Ranotongkor Kabupaten Minahasa. Jurnal e-Biomedik. 3(1)

- Lubis, Namora, L & Hasnida. 2016. *Konseling Kelompok*. Jakarta : Kencana
- Ma'rifatunnisa. 2023. *Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Rerfarming Untuk Motivasi Berwirausaha Pada Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di APPS Sragen (Bidang Kerajinan Tangan dan Kuliner)*. Skripsi : Universitas Islam Negeri Raden Mas Said.
- Mafirja, Sulma dan Fatimah Ibda. 2016. *Efektivitas Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Di MAN Darussalam Aceh Besar*. Jurnal Ar-Raniry 4(1)
- Mahmudi, Ibnu. 2011. *Peranan Bimbingan dan Konseling Islami Dalam Menanggulangi Kehamilan Di Luar Nikah*. Jurnal Bimbingan dan Konseling 1(1)
- Maisah dan Yanti, SS. 2016. *Dampak Psikologis Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga di Kota Jambi*. Jurnal Ilmu-Ilmu Ushuluddin 17(2)
- Manan, Mohammad 'Azzam. 2018. *Kekerasan Dalam Rumah Tangga Dalam Perspektif Sosiologis*. Jurnal Legilasi 5(3)
- M. Arifin. 2020. *Membangun Konsep Ideal Penerapan Asas Itikad Baik Dalam Hukum Perjanjian*. Jurnal Ius Constituendum. 5(1)
- Masrukhin. 2017. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Kudus : Media Ilmu Press, 121-122
- Meira, Pemil Ari. 2021. *Analisis Faktor-Faktor KDRT Terhadap Istri Dilihat Dari Undang-Undang No.23 Tahun 2004 di Kecamatan Paal Merah Kota Jambi*. Skripsi. (Universitas Jambi : Jambi)
- Mintarsih, Widayat. 2017. *Pendampingan Kelas Ibu Hamil Melalui Layanan Bimbingan dan Konseling Islam Untuk Mengurangi Proses Kecemasan*. Sawwa : Jurnal Studi Gender 12(2)
- Moleong, Lexy,J. 2000. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung : PT. RemajaRosdakarya
- Mufid, Abdul. 2020. *Moral and spiritual aspects in Counseling: Development in the West*. Journal of Advance Guidance and Counseling. 1(1)
- Muiz, Gagan Abdul, dkk. 2017. *Peran Layanan Konseling Kelompok Terhadap Perilaku Agresif Pelajar*. Jurnal Irsyad 5(2)

- Mulkiyan. 2017. *Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa Melalui Konseling Kelompok*. Jurnal Konseling dan Pendidikan. 5(3)
- Mulyanah, 2019. *Layanan Konseling Individu Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (Studi Deskriptif Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak Kabupaten Karawang)*. Skripsi : Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati
- Musyirifin, Zaen. 2020. *Implementasi Sifat-Sifat Rasulullah Dalam Konseling Behavioral*. Jurnal Al-Irsyad 11(2)
- Muttaqin, MA, A Murtadho, A Umriana. 2016. *Bimbingan Konseling Bagi Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga di Lrc-Kjham Semarang*. Jurnal Studi Gender, 11 (2)
- Nihayah, Ulin. 2016. *Komunikasi Interpersonal, Solusi Alternatif Mengatasi Kejenuhan Rutinitas Ibu Rumah Tangga*. Sawwa : Jurnal Studi Gender 11(2)
- Nihayah, Ulin, dkk, 2021. *The academic anxiety of student in Pandamic Era*. Jurnal of Advance Guidance and Counseling. 2(1)
- Nurhayati, Eti. 2011. *Bimbingan Konseling & Psikoterapi Inovatif*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Parlina. 2016. *Hubungan Antara Self Regulated Learning Dengan Tanggung Jawab Santri Dengan Tingkat SLTA di Pondok Pesantren Modern Zam-Zam Muhammadiyah Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas*. Skripsi. (Universitas Muhammdiyah Purwokerto : Purwokerto)
- Pasal 1 Undang-Undang No.1 Tahun 1974 Tentang Perkawinan
- Pertiwi, Intan Nurma, dkk. 2019. *Pengaruh Model Make A Match Berbantu Media Kartu Bergambar Terhadap Kemampuan Membaca dan Menulis*. Jurnal Mimbar PGSD Undiksha 7(3)
- Pratiwi, Iffa Dian & Hermien Laksmiwati. 2016. *Kepercayaan Diri dan Kemandirian Belajar Pada Siswa SMA Negeri X*. Jurnal Psikologi Teori dan Terapan 7(1)
- Priatna, Tedi. 2017. *Prosedur Penelitian Pendidikan*. Bandung : CV Insan Mandiri

- Radithya, Theresia Vania, dkk. 2020. *Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Kekerasan Dalam Rumah Tangga*. Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik 2(2)
- Raminah, Siti. 2021. *Prinsip dan Asa Bimbingan Konseling*. Jurnal Osfprepints
- Rifka Annisa Women Crisis Center. *Kekerasan Terhadap Perempuan*,(1)
- Risianti, Dina Hajja. 2020. *Penilaian Konseling Kelompok*. Yogyakarta : Deepulish
- Riyadi, Agus, Hendri, H.A. 2021. *The Islamic counseling construction in Da'wah Scince Structure*. Journal of Advance Guidance and Counseling. 2(1)
- Rosaliza, Mita. 2015. *Wawancara Sebuah Interaksi Komunikasi Dalam Penelitian Kualitatif*. Jurnal Ilmu Budaya 11(2)
- Rusdiana, A & Nasihudin. 2002. *"Sistem Informasi Manajemen PendidikanTinggi: Konsep, Kebijakan, dan Implementasi*. Bandung : Pusat Penelitian Dan Penerbitan UIN SunanGunung Djati)
- Sa'adah, Imroatus. 2023. *KDRT Dalam Perspektif Hadis*. El-Nubuwwah : Jurnal Studi Hadis. 1(1)
- Santoso, Agung Budi. 2019. *Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) Terhadap Perempuan: Perspektif Pekerjaan Sosial*. Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam 10(1)
- Sari, Suci Lia dan Rika, D. 2020. *Hubungan Aktivitas Mengikuti Layanan Konseling Kelompok dengan Kepercayaan diri Mahasiswa PIAUD STAI Auliurasyidin Tembilahan*. 3(1)
- Sarwo Edi, Fandi Rosi. 2016. *Teori Wawancara Psikodignostik*. Yogyakarta : Leutikaprio
- Selvian & Sari Yulinar. 2022. *Pengaruh Self Image dan Penerimaan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Yang Mengunggah Foto Selfie di Media Sosial Instagram*. Jurnal IKRAITH-Humaniora 6(1)
- Setyaningrum, Ayu dan Ridwan Arifin. 2019. *Ananlisis Upaya Perlindungan dan Pemulihan Terhadap Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) Khususnya Anak-Anak dan Perempuan*. Jurnal Muqoddimah 3(1)

- Sholihah A, Mufydatush. 2021. *Solusi Terhadap Problem Percaya Diri (Self Confidence)*. Jurnal Al Ghazali 4(1)
- Siregar, Siti Wahyuni. 2018. *Konsep Dasar Konseling Kelompok*. Jurnal Ilmu Dakwah dan Komunikasi Islam 12(1)
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Supriyati, dkk. 2019. *Hubungan Antara Self Efficacy (Keyakinan Kemampuan Diri) Dengan Kelulusan Retaker Ukmppd Di Universitas Malahayativ*. Holistik Jurnal Kesehatan, 13(1)
- Suryakusukma, dalam <http://lenteraimpian.wordpress.com/2010/02/11/kekerasan-dalam-rumah-tangga>, diakses 26 November 2023.
- Sutrisminah, Emi. *Dampak Kekerasan Pada Istri Dalam Rumah Tangga Terhadap Kesehatan Reproduksi*. Jurnal Unissula 50(127)
- Syam, Asrullah dan Amri. 2017. *Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Kaderisasi IMM Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa*. Jurnal Biotek 5(1)
- Syarqawi, Ahmad. 2017. *Tipe Anggota Dalam Mengikuti Proses Konseling Kelompok Pada Satuan Pendidikan*. Jurnal Al-Taujih
- Unzila, Amandha dan D, Ifdil. 2016. *Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri*. Jurnal Education. 2(2)
- Usman Kadi, Arie Prima. 2016. *Hubungan Kepercayaan Diri dan Self Regulated Learning Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa*. eJournal Psikologi 4(1)
- Wahab, Rochmat. 2010. *Kekerasan Dalam Rumah Tangga: Perspektif Psikologis dan Edukatif*. Yogyakarta
- Wahyuni, Sri. 2013. *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Psikologi*. Psikoborneo 1(4)

<https://ditjenpp.kemenkumham.go.id>

<https://kekerasan.kemenpppa.go.id/ringkasan>

<https://www.neliti.com/publications/324457/tipe-anggota-dalam-mengikuti-proses-konseling-kelompok-pada-satuan-pendidikan>

LAMPIRAN

Lampiran 1. Transkrip Wawancara

Transkrip wawancara dengan Konselor Lrc-Kjham Semarang

1. Apa saja tugas konselor di Lrc-Kjham Kota Semarang?
2. Apa maksud dan tujuan dari konseling kelompok yang dilaksanakan di Lrc-Kjham?
3. Bagaimana proses konseling kelompok di Lrc-Kjham Kota Semarang?
4. Berapa kali kegiatan konseling kelompok dilaksanakan dan berapa durasi yang ditentukan setiap kegiatan konseling kelompok berlangsung?
5. Apa saja tahap yang dilakukan dalam proses kegiatan konseling kelompok? Dan kendala apa saja yang biasanya dialami pada setiap tahap?
6. Terkait kepercayaan diri, ciri-ciri apa yang biasanya diperlihatkan oleh korban KDRT?
7. Apakah ada metode khusus yang digunakan untuk menunjang keberhasilan dalam membentuk kepercayaan diri para korban KDRT?
8. Bagaimana hubungan sosial yang biasa ditunjukkan oleh korban KDRT?
9. Apakah para korban selalu berani memberikan pendapatnya saat proses konseling kelompok berlangsung?
10. Adakah peningkatan perilaku kepercayaan diri yang ditunjukkan korban KDRT sebelum dan setelah mengikuti proses konseling kelompok di Lrc-Kjham?

Transkrip wawancara dengan mitra di Lrc-Kjham Semarang

1. Nama, usia, alamat asal?
2. Sudah berapa kali anda mengikuti konseling kelompok di Lrc-Kjham Semarang?
3. Apa saja yang anda ketahui tentang konseling kelompok?
4. Apakah anda selalu antusias saat mengikuti proses konseling kelompok?
5. Apakah anda selalu berani mengungkapkan pendapat saat proses konseling kelompok berlangsung?
6. Apakah anda mampu menyesuaikan diri dengan anggota kelompok, staf dan lingkungan sekitar anda?
7. Apakah anda pernah mengalami hambatan atau pandangan negatif yang dapat membuat anda menjadi tidak percaya diri?
8. Apa yang biasa anda rasakan setelah mengikuti proses konseling kelompok?
9. Setelah mengikuti proses konseling kelompok, apakah anda bersikap dan berpandangan positif terhadap segala sesuatu? (Objektif)
10. Pada saat mengambil keputusan, apakah anda merasa yakin dan dapat bertanggung jawab atas keputusan tersebut? (Bertanggung jawab)
11. Perubahan apa yang paling anda rasakan setelah mengikuti proses konseling kelompok di Lrc-Kjham Semarang?
12. Apakah setelah mengikuti konseling kelompok anda yakin dengan kemampuan diri anda untuk dapat mencapai berbagai tujuan hidup? (Keyakinan Kemampuan Diri)
13. Apakah anda dapat bersikap optimis atau yakin bisa mengatasi tantangan dan kesulitan hidup, khususnya setelah mengikuti proses konseling kelompok? (Optimis)
14. Apakah peran konseling kelompok dalam membantu anda mengembangkan pandangan yang realistis dan membangun dukungan emosional? (Rasional dan realistis)

Lampiran 2. Surat-Surat



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.fakdakom.walisongo.ac.id

Nomor : 269/Un.10.4/K/KM.05.01/05/2024

Semarang, 29/05/2024

Hal : **Permohonan Ijin Riset**

Kepada Yth.
Kepala Lembaga LRC-KJHAM Semarang
di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

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

Nama : Annasha Qadrian
NIM : 2001016068
Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam
Lokasi Penelitian : LRC-KJHAM Semarang
Judul Skripsi : KONSELING KELOMPOK UNTUK MEMBENTUK KEPERCAYAAN DIRI PADA PEREMPUAN KORBAN KDRT DI LRC-KJHAM SEMARANG

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.



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

Surat ini dicetak secara elektronik oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Surat Perjanjian Penelitian

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Annasha Qadrian
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi
Universitas : UIN Walisongo Semarang

Akan melakukan penelitian di LRC KJHAM dari tanggal 28 Juni 2024 sampai tanggal 02 Agustus 2024.

Selama penelitian :

1. Bersedia untuk mengikuti kegiatan suport group minimal 3 kali dan berkontribusi terhadap korban
2. Berkewajiban untuk tidak mempublikasikan data korban
3. berkewajiban memberikan laporan hasil penelitian yang sudah jadi/selesai ke LRC-KJHAM
4. Segala biaya yang ditimbulkan sebagai akibat dari penelitian ditanggung sepenuhnya oleh peneliti kecuali biaya-biaya yang terkait dengan realisasi kegiatan lembaga
5. Segala resiko yang dialami peneliti sebagai akibat dari kegiatan peneliti yang dijalankannya menjadi tanggung jawab sepenuhnya peneliti

Demikian surat perjanjian ini saya buat. Terima kasih.

Semarang, 27 Juli 2024


(Annasha Qadrian)

SURAT KETERANGAN
Nomor : 089/LRC-KJHAM/ VIII/ 2024

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : **Nur Laila Hafidhoh, M. Pd**
Jabatan : **Direktur Legal Resources Center untuk Keadilan Gender dan Hak Asasi Manusia (LRC-KJHAM)**
Alamat : **Jl. Kaman Raya 61 A, Pedurungan, Kota Semarang**

Menerangkan bahwa:

Nama : **Annasha Qadrian**
NIM : **2001016068**
Program Studi : **Bimbingan dan Penyuluhan Islam**

Telah melakukan penelitian dan pencarian data di LRC-KJHAM mulai 28 Juli – 2 Agustus 2024 dalam rangka penyelesaian skripsi dengan judul **“Konseling Kelompok Untuk Membentuk Kepercayaan Diri Pada Perempuan Korban KDRT di LRC-KJHAM Semarang”**

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana perlunya.

Hormat kami,

Yayasan Sukma – LRC-KJHAM



Nur Laila Hafidhoh, M.Pd
Direktur

Lampiran 3. Lampiran Dokumentasi

Dokumentasi wawancara dengan konselor di Lrc-Kjham Semarang



Dokumentasi wawancara dengan mitra di Lrc-Kjham Semarang



RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

Nama : Annasha Qadrian
Tempat, Tanggal Lahir : Kuningan, 29 Januari 2002
Alamat : Dusun II, Desa Cimahi RT/17/02,
Kecamatan Cimahi, Kabupaten Kuningan
Jawa Barat
No. Hp : 081214782712
Email : annashaqadrian03@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. Pendidikan Formal

1. TK Al-Furqon Karawang
2. SDN 1 Cimahi
3. MTsN 3 Kuningan
4. MAN 2 Kuningan
5. S1 Bimbingan Penyuluhan Islam UIN Walisongo Semarang

2. Pendidikan Non Formal

- a) MD Al-Ishlah Desa Cimahi
- b) Pondok Pesantren Al-Ihya Cigugur Kuningan
- c) Pondok Pesantren Nurul Iman Ciawi Gebang Kuningan

Semarang, 19 Agustus 2024

Annasha Qadrian

NIM. 2001016068