

Research Article**REBT Counseling Approach in Overcoming for The
Trauma of Children Victims of Domestic Violence****Rahmad Firmansyah**

Universitas Negeri Padang

E-mail: rahmadfirmansyah17@gmail.com**Netrawati**

Universitas Negeri Padang

E-mail: netrawati@fip.unp.ac.id**Zadrian Ardi**

Universitas Negeri Padang

E-mail: zadrian@fip.unp.ac.id**Pu'ad Maulana**

Universitas Negeri Padang

E-mail: alanelfath30@gmail.com**Thessia Permata Bunda**

Universitas Negeri Padang

E-mail: tiaathessia@gmail.com

Copyright © 2025 by Authors, Published by Journal of Psychology, Counseling and Education.

Received : December 19, 2024

Revised : January 12, 2025

Accepted : January 23, 2025

Available online : February 23, 2025

How to Cite: Rahmad Firmansyah, Netrawati, Zadrian Ardi, Pu'ad Maulana, & Thessia Permata Bunda. (2025). REBT Counseling Approach in Overcoming for The Trauma of Children Victims of Domestic Violence. Journal Of Psychology, Counseling And Education, 3(1), 50-59.
<https://doi.org/10.58355/psy.v3i1.55>

Abstract

This article discusses how to implement the REBT counseling approach to overcome the trauma of child victims of domestic violence. Trauma can be said to be a psychological symptom that can cause children to be afraid as a result of the events they experience and cause the child to imagine events that make them afraid, anxious, anxious or psychologically disturbed so that they need help to overcome it. One of the REBT counseling approaches is an approach whose application can rationalize children's thoughts that were previously irrational to become rational. Counseling with the REBT approach as one method to overcome the trauma of child victims of domestic violence which includes discussions such as Trauma, what

is domestic violence, the REBT approach, the role of the counselor and the implementation of the REBT approach to overcome trauma in child victims of domestic violence in counseling.

Keywords: REBT, Trauma, Domestic Violence.

Pendekatan Konseling Rebt Dalam Mengatasi Trauma Anak Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga

Abstrak

Dalam artikel ini membahas mengenai bagaimana implementasi pendekatan konseling REBT untuk mengatasi trauma anak korban KDRT. Trauma dapat dikatakan sebagai suatu gejala psikologis yang bisa menyebabkan anak ketakutan akibat dari peristiwa yang dialaminya dan menyebabkan anak tersebut terbayang peristiwa yang membuatnya takut, cemas, gelisah atau terganggu psikologisnya sehingga perlu bantuan untuk mengatasinya. Salah satu pendekatan konseling REBT adalah suatu pendekatan yang pengaplikasiannya bisa merasionalkan pemikiran anak yang sebelumnya irrasional untuk menjadi rasional. Konseling dengan pendekatan REBT sebagai salah satu metode untuk mengatasi trauma anak korban KDRT yang meliputi pembahasan seperti Trauma, Apa itu KDRT, Pendekatan REBT, peran konselor serta implementasi pendekatan REBT untuk mengatasi trauma pada anak korban KDRT dalam konseling

Kata Kunci: REBT, Trauma, KDRT.

PENDAHULUAN

Pengalaman masa lalu sering menjadi penyebab penderita trauma. Bahkan dapat memungkinkan bahwa individu yang merasakan sebuah trauma pada masa kecilnya karena peristiwa yang tidak bisa membuat individu tersebut meraskan ketenangan saat kejadian tersebut terjadi. Akibatnya, kegoncangan yang disebabkan oleh trauma tersebut menjadi masalah atau penyakit mental salah satunya adalah penderita trauma KDRT (Fitriani, 2018).

Jika dilihat di Indonesia, beberapa kasus mengenai kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) kini bukan lagi suatu kejadian yang terbatas pada kelompok tertentu, melainkan telah menjadi isu serius yang mempengaruhi setiap lapisan masyarakat, baik di daerah perkotaan maupun pedesaan. Kekerasan ini bahkan relatif mengalami peningkatan (Rafikah & Rahmawati, 2015; Wahab, 2006). Untuk menangani masalah seperti ini, usaha pemerintah yang telah menerbitkan UU No. 23 Tahun 2004 mengenai regulasi kekerasan dalam rumah tangga. Namun, walaupun peraturan prundang undangan tersebut telah diterapkan, jumlah kasus KDRT di Indonesia terus bertambah, yang menunjukkan bahwa undang-undang ini belum efektif dalam menurunkan serta menyelesaikan permasalahan pada masalah KDRT khususnya di Indonesia.

Dilihat dari konteks ini, penting untuk melakukan pelayanan dan pemberian bantuan kepada korban atau yang terdampak dalam hal ini konseli atau klien yang menghadapi masalah dari beberapa aspek seperti psikologis dan kognitif. Individu

yang terdampak dari korban kekerasan ini serta mengalami traumatik terhadap masalah ini dapat dibantu dengan berbagai layanan dan pendekatan yang disesuaikan pada tingkat kesulitan masalah yang mereka alami. REBT atau lebih dikenal dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* ialah salah satu pendekatan yang mana bisa dipakai untuk memahami hubungan antara perilaku, perasaan, dan apa yang difikirkan individu. Metode ini dapat digunakan untuk mengubah pemikiran-pemikiran irrasional klien yang disebabkan karena kejadian traumatis dari masalah yang dihadapi yang mana akan menjadi lebih rasional. Pendekatan ini sangat berguna bagi klien yang mengalami trauma akibat KDRT dan memerlukan penanganan melalui REBT. (Fitriani, 2018).

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan dampak masalah KDRT terhadap anak sebagai korban adalah trauma, sehingga anak-anak yang trauma tersebut sangat memerlukan pendampingan serta penanganan dalam hal mengatasi trauma mereka. Dengan menggunakan pendekatan REBT ini, diharapkan anak-anak dapat mengatasi trauma yang disebabkan oleh KDRT. (Afdal et al., 2019).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang dipakai pada artikel ini yaitu studi literatur. Studi kepustakaan adalah suatu jenis penelitian dengan cara mencari terlebih dahulu penelitian yang sudah ada kemudian mengumpulkannya setelah itu mereview dan yang terakhir menuliskan informasi-informasi penting seperti dari buku, jurnal, atau sumber lainnya yang mana sumber tersebut relevan dengan penelitian yang dilakukan (Zed, 2004)

Tujuan dari studi kepustakaan ini meliputi: (1) menentukan topik penelitian; (2) menemukan informasi dan data yang relevan; (3) mempelajari teori dan topik yang relevan; dan (4) meningkatkan pengetahuan bagi peneliti terhadap masalah yang akan diteliti selanjutnya (M.Sari et al., 2022)

Adapun langkah-langkah dalam studi kepustakaan meliputi: (1) menentukan masalah atau subjek penelitian; (2) mengumpulkan informasi atau data yang terkait dengan topik penelitian; (3) mendefinisikan topik penelitian dan mengawasi data yang terkait; (4) mencari dan mengumpulkan data dari berbagai sumber pustaka penting, seperti buku dan artikel; (5) merevisi bahan dan mencatat hasil yang dikumpulkan dari berbagai sumber data; dan (6) menguraikan informasi yang relevan (Tahmidaten dan Krismanto, 2019)

Data yang disajikan di dalam penelitian ini diambil dari data yang sudah ada, atau dengan kata lain dari penelitian sebelumnya bisa diperoleh dari beberapa artikel-artikel ilmiah yang telah diterbitkan. Beberapa sumber diambil dari google scholar dengan menggunakan kata kunci KDRT dan konseling REBT. Agar lebih mudah dibaca dan dipahami, didalam studi pustaka ini perlu diperhatikan untuk menggunakan analisis isi dalam metode analisis datanya (Sugiono, 2014)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Trauma

Asal mula kata trauma yaitu berasal dari bahasa yunani "Traumators" artinya luka bersumber dari luar diri seseorang. Trauma sebagai peristiwa yang membekas

dan menyakitkan yang dapat dialami individu serta akan berdampak pada perilakunya. Menurut Chaplin (2011) trauma merupakan suatu luka yang dapat dirasakan individu bersifat jasmani, fisik, maupun psikisnya. Trauma bisa terjadi jika perilaku yang bersifat kurang normal bisa diakibatkan dari tekanan yang didapatkan atau berupa luka jasmani maupun rohani karena pernah mengalami kejadian yang sangat membekas dalam dirinya dan tidak bisa dilupakan bagi individu tersebut (Mardiyati, 2015). Trauma dapat muncul akibat kekerasan yang dapat diterima anak dan tindakan tersebut biasanya dilakukan secara berulang di lingkungannya khususnya sekolah (Yandri, 2014). Ketika individu mengalami KDRT, ia akan meninggalkan kondisi yang tidak nyaman. Selain itu individu dapat memberikan respon yang berbeda pada suatu kondisinya. Pada kasus trauma, dampak yang akan ditimbulkan individu ialah munculnya perasaan cemas, perasaan takut, sulit untuk tidur, mudah kaget, mudah dalam berkeringat, sulit untuk berkonsentrasi, timbulnya perasaan gelisah, maupun munculnya rasa putus asa dalam dirinya.

Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)

Kekerasan dalam rumah tangga atau biasanya disebut KDRT dapat didefinisikan suatu tindakan kekerasan yang dilakukan oleh seseorang bisa itu dari pengasuh, orang tua, atau pasangan yang bisa menyebabkan penderitaan psikologis, seksual, fisik, bahkan sampai penelantaran dalam rumah tangga. Hal ini bisa dikatakan termasuk sebuah pemaksaan, perampasan, ataupun meruoakan ancaman kebebasan secara ilegal yang dilakukan dalam keluarga (Mudjiati, 2008). Masalah KDRT ini umumnya muncul pada daerah perkotaan, di mana kasus-kasusnya sering tidak dilaporkan ke pihak polisi atau layanan kesehatan karena dianggap sebagai masalah pribadi (Field, Onah, Heyningen, & Honikman, 2018).

Dalam beberapa dekade terakhir, kekerasan dalam rumah tangga ini menjadi masalah utama. Data dari World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa berkisar 40-70 % perempuan di seluruh penjuru dunia meninggal akibat dari kekerasan dalam rumah tangga ini. Dalam kehidupan berkeluarga, tidak hanya istri yang menjadi korban kekerasan, tetapi juga seringkali anak-anak yang mengalami kekerasan dari tingkat yang paling bawah sampai yang paling tinggi (Rafikah dan Rahmawati, 2015). Oleh karena itu, pada tahun 2013, institusi pendidikan diharapkan menjadi tempat yang menonjol dalam menanamkan nilai-nilai karakter, moral, serta keagamaan yang diterapkan dalam kehidupan bermasyarakat (Ramadani & Yuliani, 2017)

Dampak KDRT

Pada umumnya, jika anak-anak hidup di keluarga yang terjadi masalah KDRT lebih rentan terhadap penelantaran, penganiayaan langsung, dan kehilangan figur orang tua yang berperan sebagai panutan mereka. Menyaksikan atau mendengar kekerasan dalam keluarga dapat berdampak negatif pada rasa aman, stabilitas hidup, dan kesejahteraan anak. Anak yang menjadi korban tidak langsung, yang biasa dikatakan korban laten. Marianne James, seorang peneliti senior di Australian Institute of Criminology (1994), menyatakan bahwa KDRT secara signifikan memengaruhi perilaku anak, termasuk kemampuan kognitif, kemampuan

pemecahan masalah, serta kemampuan menangani masalah dan mengelola emosi.

Penelitian Cummings dkk (1981) menunjukkan bahwa ekspresi marah dapat membawa anak kecil dalam bahaya atau kesulitan. Ketika anggota keluarga lainnya menyerang secara fisik, masalah ini semakin jelas. Banyak peneliti bahkan berpendapat Ekspresi kemarahan yang terkesan kasar bisa membuat anak menjadi takut di lingkungan sosialnya. Pada tahun ketiga, ditemukan bahwa anak-anak menunjukkan kemarahan saat merespons interaksi mereka, yang menyebabkan mereka menjadi agresif terhadap teman sebaya. Menariknya, dalam simulasi, anak laki-laki bahkan lebih memperlihatkan kecenderungan agresif dibanding perempuan; sebaliknya, anak perempuan kemudian mengalami tingkat stres yang lebih tinggi daripada laki-laki. Selain itu, efek dari KDRT pada anak-anak biasanya di deskripsikan melalui perilaku seperti sering tidak enak badan, merasakan malu, kurangnya kepercayaan diri, dan rendahnya rasa percaya diri.

Anak-anak yang mengalami distress pada usia dini akan menunjukkan emosi negatif, yang sering dimanifestasikan melalui perilaku marah yang kemudian diikuti oleh rasa sedih. Menurut Jaffe dkk. (1990), anak-anak yang menyaksikan kekerasan dalam hubungan antar manusia dengan cepat belajar bahwa kekerasan adalah cara efektif untuk menyelesaikan konflik dalam hubungan tersebut. Mereka cenderung mengungkapkan ketakutan dan kecemasan mereka tentang tindakan orang tua mereka. Anak-anak yang memiliki riwayat kekerasan dalam rumah tangga cenderung mengalami masalah perilaku dari tingkat sedang hingga berat, kemampuan adaptif di bawah rata-rata, kemampuan membaca di bawah usia, serta kecemasan pada tingkat menengah hingga tinggi.

Pendekatan REBT

Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) adalah suatu metode yang lebih menekankan kepada peran pikiran dalam perilaku. Metode ini melihat individu sebagai entitas dan didominasi kemampuan berpikir serta perasaan dan terhubung melalui sistem psikis di dalamnya (Windy, 2004). Dalam REBT, manusia dipandang sebagai individu yang dapat dipengaruhi oleh sistem berpikir dan perasaannya yang berhubungan dengan sistem psikis mereka. Ini berarti bahwa secara psikologis, keberfungsian diri individu ditentukan oleh perasaan, perilaku, dan pikirannya, yang mana aspek tersebut punya hubungan satu sama lain. Pendekatan ini berasumsi bahwa setiap individu mempunyai potensi yang unik dan dapat berfikir secara rasional maupun irrasional (Kristiani, Saman & Jaya, 2022). Pikiran yang irasional dapat berasal dari proses belajar yang irasional. Selanjutnya, individu juga memiliki suatu potensi untuk dapat merubah arah hidupnya dari segi sosial. Selain itu, adanya pikiran serta perasaan yang negative juga dapat diserang dengan pengorganisasian kembali oleh persepsi maupun pikiran agar menjadi logis dan menumbuhkan pikiran yang rasional (Paturrochmah, 2020).

Tujuan REBT

Adapun tujuan utama dari pendekatan REBT ialah memberikan bantuan kepada individu untuk dapat sepenuhnya sadar bahwa mereka bisa menghadapi kehidupan dan berjalan dengan pemikiran yang rasional serta produktif. Pendekatan

ini juga mengajarkan bahwa individu dapat mengoreksi atas kesalahan berfikirnya maupun tingkah laku yang dapat merusak (Nadila, Taufik & Syarif, 2021). Konseling REBT mendukung klien untuk dapat menjadi pribadi yang toleran terhadap dirinya sendiri orang lain, maupun lingkungan. Konseling REBT bisa membantu seorang individu dalam pencapaian nilai dan menikmati kehidupannya seperti: (a) memiliki self-interest; (b) menumbuhkan social interest; (c) mencapai accepted; (d) dapat menerima dirinya sendiri; dan (e) memiliki realistic expectation . Beberapa tujuan pendekatan REBT adalah untuk membantu klien menumbuhkan minat, , bersosial, pengarahan diri, sikap toleransi, penerimaan diri, dan pengakuan bahwasanya apapun dan bagaimana pun yang akan dilakukan pasti memiliki berbagai resiko masing-masing. (Windy, 2004).

Terdapat metode pada pendekatan REBT ini adalah sebagai berikut: (1) Berpartisipasi secara aktif dan direktif, sehingga konselor dapat mengambil tanggung jawab lebih besar untuk memberikan penjelasan kepada klien, terutama pada tahap awal konseling. (2) Konselor dapat menghadapi pikiran irasional klien, menggunakan berbagai metode yang tersedia dan (3) mendorongnya untuk berpikir, mengembalikan hubungan terus menerus dengan pikiran irasional, (4) membina klien dalam mengajaknya untuk mengubah pikiran irasional menjadi rasional (5) mewujudkannya dalam tindakan.

Proses Terapi

Menurut Corey (2010) proses konseling melalui pendekatan REBT dapat dilakukan dengan 4 tahap yang akan dilaksanakan oleh konselor dan klien, berikut tahapannya:

1. Tahap pertama Konselor dapat menunjukkan kepada klien bahwa permasalahan yang dihadapinya saat ini atas dasar keyakinan yang irasional. Konselor dapat membantu klien dalam membedakan keyakinan yang irasional maupun rasional agar klie dapat mencapai kesadarannya.
2. Tahap kedua Konselor dapat membawa klien untuk mencapai tingkat kesadarannya. Oleh sebab itu, konselor harus membawa klien unntuk dapat berfikir secara logis, dan tidak merusak dirinya dengan perasaan dan pikiran yang irasional.
3. Tahap ketiga Konselor berusaha membantu klien untuk meningkatkan pemikirannya dan merancang pemikiran tersebut untuk dapat mengubah pikiran yang irasional menjadi yang rasional.
4. Tahap keempat Konselor dapat menentang klien untuk menolak pemikiran irasional kepada dalam dirinya.

Pembahasan

Pada proses konseling REBT Corey (2010) menjelaskan bahwa pendekatan REBT dilakukan sebagai pengentasan masalah dan fokusnya kepada beberapa aspek seperti berfikir, menilai, memutuskan, maupun direktif. Pendekatan REBT dapat membantu individu untuk dapat meningkatkan kepercayaan diri, mengatasi masalah emosionalnya, maupun membantu individu dalam mencapai kesejahteraan psikologisnya.

Pendekatan REBT dapat membantu individu untuk mengatasi trauma pada korban KDRT. Trauma pada individu yang menjadi korban KDRT akan diawali dengan munculnya kekuatan yang berlebihan pada individu. Trauma yang dialami individu akan membentuk kepribadian yang lemah dan membuat anak menjadi penakut dan lemah akan dirinya sendiri. Trauma secara psikologis dapat dialami sampai pada masa dewasa pada korbannya. Apalagi bila trauma tersebut tidak disadari dan dibiarkan begitu saja tanpa penanganan khusus, tentu akan menjadi efek yang panjang untuk dirinya maupun lingkungannya. Hal ini didukung oleh penelitian Dina Nadira (2020) yang menjelaskan bahwa kekerasan terhadap anak merupakan masalah serius yang dapat dipicu oleh berbagai faktor, termasuk pewarisan kekerasan, stres sosial, isolasi sosial, dan struktur keluarga. Penanganan kekerasan terhadap anak melalui layanan konseling kelompok dengan pendekatan REBT dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri anak korban kekerasan. Konselor memiliki peran penting dalam membimbing konseli melalui proses konseling untuk mencapai tujuan konseling. Saran diberikan kepada Guru BK untuk segera menangani siswa korban kekerasan.

Artikel tersebut memberikan tinjauan yang komprehensif tentang kekerasan terhadap anak dan faktor-faktor yang mempengaruhinya, serta pendekatan konseling kelompok dengan REBT untuk menangani masalah tersebut. Penekanan pada pentingnya penanganan kekerasan terhadap anak melalui konseling kelompok dengan pendekatan REBT sebagai cara untuk meningkatkan kepercayaan diri anak korban kekerasan sangat relevan dan penting. Artikel juga memberikan informasi yang jelas tentang peran konselor dalam membimbing konseli menuju perubahan pemikiran dan peningkatan kepercayaan diri. Secara keseluruhan, artikel ini memberikan wawasan yang berharga tentang penanganan kekerasan terhadap anak melalui konseling kelompok dengan pendekatan REBT.

Penelitian Afni Pulungan (2020) Artikel tersebut membahas pentingnya pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) untuk membantu individu, terutama remaja dan anak-anak, yang dalam hal ini mengalami KDRT. Melalui studi kasus dengan menggunakan teknik REBT, penelitian menunjukkan bahwa penggunaan pendekatan ini dapat membawa perubahan positif dalam perilaku dan pemikiran korban KDRT. Selain itu, artikel juga membahas peran Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A) dalam mengatasi KDRT, memberikan wawasan penting tentang upaya pencegahan dan penanggulangan kekerasan dalam rumah tangga secara global. Temuan penelitian menggambarkan aspek kondisi trauma individu dan upaya mengatasi trauma anak korban KDRT dengan pendekatan REBT yang melibatkan aspek behavioral dan kognitif. Penelitian ini juga menyoroti bahwa meskipun Undang-Undang No. 23 Tahun 2004 telah ada, masalah KDRT di Indonesia masih belum sepenuhnya teratasi. Artikel-artikel tersebut secara keseluruhan menyoroti pentingnya pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) dalam membantu individu, terutama remaja dan anak-anak, yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga. Melalui studi kasus, penelitian menunjukkan bahwa penggunaan REBT dapat membawa perubahan positif dalam perilaku dan pemikiran korban KDRT. Selain itu, pembahasan tentang peran Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A)

dalam mengatasi KDRT juga memberikan wawasan penting tentang upaya pencegahan dan penanggulangan kekerasan dalam rumah tangga secara global. Dengan demikian, artikel-artikel tersebut memberikan kontribusi yang berharga dalam bidang Bimbingan Konseling dan kesehatan masyarakat terkait isu KDRT.

Penelitian Octaviandary (2022) juga mengemukakan bahwa konseling dengan pendekatan REBT mampu dalam menangani trauma pada siswa yang menjadi program KDRT. Artikel ini membahas tentang kekerasan dalam rumah tangga terjadi karena beberapa faktor dan dapat menimbulkan stres, Dampak psikologis dari kekerasan rumah tangga termasuk stres, trauma, rasa sakit, cedera fisik, ketakutan, dan sulit melupakan bekas luka. Untuk membantu responden mengurangi pemikiran irasional, seperti menyalahkan diri sendiri, penulis menggunakan Rational Emotif Behaviour Therapy (REBT). Hal ini disebabkan oleh menyalahkan diri sendiri, yang merupakan salah satu bentuk kekerasan emosional yang terus-menerus dapat menghambat perkembangan seseorang. Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut: mengidentifikasi kondisi stres pada perempuan korban KDRT di Perumahan Villa Balaraja; mengevaluasi hasil penggunaan konseling Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) untuk mengatasi stres pada perempuan korban KDRT di Perumahan Villa Balaraja; dan mengevaluasi hasil penggunaan REBT. Metode yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus

Beberapa metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini termasuk wawancara, dokumentasi, dan observasi. Tiga perempuan yang menjadi subjek penelitian adalah korban KDRT, dan penelitian berlangsung dari bulan Juni hingga September 2022 di Perumahan Villa Balaraja, Kecamatan Balaraja, Kabupaten Tangerang. Penelitian ini menerapkan teknik analisis data seperti reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Setelah penelitian selesai, ditemukan bahwa: 1) Perempuan korban KDRT di Perumahan Villa Balaraja mengalami tingkat stres berat, dengan indikator seperti merasa tertekan, memiliki kenangan menyakitkan dari masa lalu, menyalahkan diri sendiri, kehilangan nafsu makan, dan berpikir irasional. 2) Proses penerapan konseling Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) untuk mengatasi stres pada perempuan korban KDRT di Perumahan Villa Balaraja dilakukan dalam enam kali pertemuan. 3) Hasil dari penerapan REBT menunjukkan adanya perubahan yang cukup baik dalam mengatasi stres pada perempuan korban KDRT di Perumahan Villa Balaraja, meskipun masih ada beberapa indikator yang belum sepenuhnya teratasi.

Dengan demikian, pentingnya peran orangtua dan pihak sekolah khususnya konselor dalam memperhatikan kasus KDRT yang sering terjadi pada kalangan remaja di sekolah. Konselor dapat memberikan pelayanan konseling sesuai dengan kebutuhan siswa untuk dapat mengatasi traumanya akibat tindakan KDRT melalui berbagai pendekatan dalam konseling khususnya REBT. Sehingga individu yang menjadi korban KDRT dapat memperbaiki kesehatan mentalnya agar menerima keadaan dirinya dan membangun kepercayaan diri untuk dapat hidup di lingkungannya.

KESIMPULAN

KDRT dapat mempengaruhi kesehatan mental korbannya. KDRT adalah

tindakan agresif yang dilakukan oleh pihak yang memiliki kekuasaan atau kekuatan kepada seseorang yang dirasa lemah dengan cara pemberian intimidasi dan membuat korbannya takut dan tertekan. Dampak dari tindakan KDRT ialah terganggunya keadaan psikologis individu seperti munculnya kecemasan, rasa takut, depresi insomnia, maupun keinginan korban untuk melakukan bunuh diri. Oleh sebab itu, perlunya bantuan untuk individu yang mengalami trauma akibat KDRT. Bantuan yang dapat diberikan bimbingan dan konseling terhadap permasalahan tersebut ialah melalui konseling *rational emotive behaviour therapy* (REBT). Konseling REBT merupakan pendekatan yang dapat membantu individu untuk berfikir secara rasional dan menghilangkan pikiran irrasional. Selain itu pendekatan ini juga dapat membantu individu untuk dapat lebih menghargai maupun menyukai dirinya terlepas dari kondisi yang pernah dialaminya. Hal tersebut dilakukan agar individu dapat hidup lebih rasional dan produktif lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Afdal, A., dkk. (2019). Increasing life satisfaction of domestic violence victims through the role of supporting group therapy on social media. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research, Volume 372, 372*(ICoET), 139–144
- Chaplin. (2011). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali Pers
- Corey, G. (2010). *Theory and Practice of Group Counseling*. Canada: Cole Cengage Learning.
- Field, S., Onah, M., Heyningen, T. V, & Honikman, S. (2018). Domestic and intimate partner violence among pregnant women in a low resource setting in South Africa: A facility-based, mixed methods study. *BMC Women's Health, 18*(1), 1–13.
- Fitriani, D. (2018). Peran Konselor Terhadap Klien Yang Mengalami Trauma Melalui Teknik Rational Emotif Behaviour Therapy (REBT), 3, 63–67.
- Kristiani, L. N., Saman, A., & Jaya, P. (2022). Efektifitas Pendekatan Rational Emotive Behavioural Therapy Mengatasi Kecemasan Sosial Dengan Teknik Dispute Kognitif di SMK Gamaliel 1 Madiun Jawa Timur. *Jurnal Pemikiran Dan Pengembangan Pembelajaran, 4*(1), 330–336
- Mardiyati, I. (2015). Dampak Trauma Kekerasan dalam Rumah Tangga Terhadap Perkembangan Psikis Anak. *Jurnal Studi Gender Dan Anak, 1* (2), 26–29.
- Marlina, A. (2017). Konseling kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri remaja korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia, 6*(1), 11–20.
- Mudjiati. (2008). *Undang-undang No. 23 tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan dalam Rumah Tangga (UU-PKDRT)*.
- Nadila, E. Y., Taufik, T., & Syarif, S. (2021). Analisis Konseling Rational-emotive Behavior Therapy dalam Pendidikan. *Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi, 1*(2), 99–110.
- Pulungan, A. R. (2019). *Rational Emotive Behavior Therapy Approach to Overcoming*.
- Paturrochmah, H. (2020). Rasional Emotif Behavior Therapy (REBT) Islam dalam

- Menumbuhkan Sikap Mental Positif. *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling*, 4(2), 200–217.
- Rafikah, & Rahmawati. (2015). Peranan Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A) Dalam Menghapuskan Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) di Kota Bukittinggi. *Journal of Islamic & Social Studies*, 1(2), 173–186.
- Ramadani, M., & Yuliani, F. (2017). Kekerasan Dalam Rumah Tangga (Kdrt) Sebagai Salah Satu Isu Kesehatan Masyarakat Secara Global. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 9(2), 80.
- Sari, M., dkk. (2022). *Metodologi Penelitian*
- Siahaan, D. N. A. (2020). Konseling kelompok dengan pendekatan REBT untuk meningkatkan kepercayaan diri anak korban kekerasan. *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 10(1), 8–15.
- Sugiono, P. D. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, 12
- Tahmidaten, L., & Krismanto, W. (2019). Implementasi Pendidikan Kebencanaan Di Indonesia (Sebuah Studi Pustaka Tentang Problematika dan Solusinya). *Lectura: Jurnal Pendidikan*, 10(2), 136–154
- Vian, Octaviandary. (2022). “Penerapan Konseling Rational Emotif Behaviour Therapy (REBT) Untuk Mengatasi Stres Pada Perempuan Korban KDRT (Studi Kasus Di Perumahan Villa Balaraja RT. 007, RW.005. Desa Saga, Kecamatan Balaraja, Kabupaten Tangerang, Banten).” Universitas Islam Negeri Banten.
- Wahab, R. (2006). Kekerasan dalam Rumah Tangga : Perspektif Psikologis dan Edukatif. *UNISIA*, XXIX/III(Budaya dan Kekerasan), 247–256.
- Windy Dryden (2004). *Rational Emotive Behavior Therapy: Theoretical Development Advancing Theory in Therapy*. Routledge.
- Yandri, H. (2014). Peran Guru BK/Konselor dalam Pencegahan Tindakan Bullying di Sekolah. *Jurnal Pelangi*, 7(1).
- Zed, M. (2004). *Metode Penelitian Kepustakaan*. Yayasan Obor Indonesia.