



## JURNAL PENDIDIKAN DAN KONSELING

<http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad>

ISSN 2686-2859 (online)

ISSN 2088-8341 (cetak)

Vol. 10, No. 1, Edisi Januari-Juni 2020

### **Konseling Kelompok dengan Pendekatan *REBT* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Korban Kekerasan**

**Dina Nadira Amelia Siahaan<sup>\*</sup>, Neviyarni<sup>2</sup>, Yeni Karneli<sup>3</sup>, Netrawati<sup>4</sup>**

1. Mahasiswa S3 Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Padang, Jalan Prof. Dr. Hamka Air Tawar Padang, Sumatera Barat, Indonesia
2. Dosen S3 Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Padang, Jalan Prof. Dr. Hamka Air Tawar Padang, Sumatera Barat, Indonesia
3. Dosen S3 Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Padang, Jalan Prof. Dr. Hamka Air Tawar Padang, Sumatera Barat, Indonesia
4. Dosen S3 Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Padang, Jalan Prof. Dr. Hamka Air Tawar Padang, Sumatera Barat, Indonesia

**Abstract:** Konseling kelompok merupakan salah satu layanan konseling yang bermanfaat dan strategis dalam membantu anak-anak yang menghadapi masalah pribadi dengan menggunakan kontribusi pemikiran kelompok untuk mengatasi masalah pribadi. Tulisan ini bertujuan untuk mengetahui layanan konseling kelompok dengan pendekatan REBT dalam peningkatan kepercayaan diri pada anak korban kekerasan. Konseling kelompok dengan pendekatan REBT dapat meningkatkan rasa kepercayaan diri anak korban kekerasan dalam berinteraksi sosial. Oleh karena itu, diperlukan layanan konseling kelompok terhadap anak sehingga diharapkan guru pembimbing melakukan penanganan bersifat segera jika menemukan siswa yang menjadi korban kekerasan agar aktivitas serta interaksi sosial para siswa tidak terganggu. Salah satu cara yang dapat digunakan adalah konseling kelompok dengan pendekatan REBT.

Keywords: ***Counseling kelompok, REBT, Kepercayaan Diri, Korban Kekerasan***

## **PENDAHULUAN**

Anak merupakan hal yang sangat didambakan oleh setiap pasangan yang sudah menikah. Setiap pasangan yang belum memiliki kesempatan memperoleh anak akan melakukan berbagai upaya demi mendapatkan seorang anak. Berbeda hal hanya dengan pasangan yang sudah mendapatkan anak, pasangan ini akan melakukan berbagai upaya untuk memperlihatkan bentuk

kasih sayang mereka terhadap anak-anaknya. Upaya yang dilakukan sangatlah beragam, semua hal itu sangat tergantung dengan pola asuh yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Pola asuh otoriter diterapkan dengan alasan sangat menyayangi anak-anak mereka, adapula yang menerapkan pola asuh otoratif pada anak diperlakukan bebas, terbatas dan tanggungjawab. Masalah besar yang marak diperbincangkan di Indonesia adalah tindak kriminal terhadap anak. Data tahun 2019 mencatat tentang kekerasan terhadap anak mencapai 23 kasus kekerasan seksual, di Indonesia (Merdeka, 2019).

Mulai dari kekerasan, penganiayaan, pembunuhan, serta bentuk tindakan kriminal lainnya yang mempengaruhi kejiwaan anak. seyogyanya seorang anak diberi pendidikan yang tinggi, serta didukung dengan kasih sayang keluarga agar jiwanya tidak terganggu. Hal ini terjadi karena masih terdapat orangtua yang beranggapan bahwa kekerasan pada anak adalah hal yang wajar. Mereka beranggapan kekerasan adalah bagian dari mendisiplinkan anak. Mereka lupa bahwa orangtua adalah orang yang paling bertanggung jawab dalam mengupayakan kesejahteraan, peningkatan kelangsungan hidup, perlindungan, serta mengoptimalkan tumbuh kembang anaknya. Keluarga merupakan tempat pertama kali anak belajar mengenal aturan yang berlaku di lingkungan keluarga dan masyarakat. Kekerasan terhadap anak dapat diartikan sebagai perilaku yang sengaja maupun tidak sengaja yang ditujukan untuk mencederai atau merusak anak, baik berupa serangan fisik maupun mental.

Berbicara mengenai anak merupakan hal yang sangat penting karena anak merupakan sebuah harapan yang memiliki potensi nasib generasi bangsa di masa mendatang. Pelanggaran hak asasi manusia yang terjadi dewasa ini sangat dipengaruhi kemajuan ilmu dan teknologi, serta globalisasi, dan kemajuan industri yang telah memudahkan nilai-nilai kasih sayang, penghormatan serta penghargaan seseorang terhadap nilai-nilai agama, moral, etika dan, etis sehingga seseorang dengan mudah menyakiti orang lain dengan tujuan-tujuan tertentu. Oleh sebab itu, banyak pelanggaran hak asasi terjadi dalam berbagai bentuk, utamanya dalam bentuk kekerasan fisik maupun psikis.

Menyikapi problema yang telah dipaparkan di atas, dalam kegiatan bimbingan dan konseling ada beberapa upaya yang dapat diberikan kepada anak yang mengalami kekerasan dalam keluarga, diantaranya: layanan

konseling individu serta layanan konseling kelompok dengan menggunakan beragam pendekatan serta teknik dalam konseling.

Senada dengan uraian di atas, Aisah Marlina (2017) menjelaskan bahwa Konseling kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri remaja korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) (Marlina, 2017).

Gazda (1989) dalam Robert C. Berg, et al mengusulkan bahwa konseling kelompok mungkin menjadi cara perawatan yang disukai untuk banyak individu (Berg, Landreth, & Fall, 2006). Awaliyah, Awalya, Suharso (2014) dalam hasil penelitiannya menjelaskan bahwa dengan konseling individu dengan teknik *homework assignment* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying* (Awalya & Suharso, 2014.).

Daroni, Yusuf, Salim, Gunarhadi, Edi Legowo (2018) dalam hasil penenlitiannya menjelaskan bahwa konseling individu menggunakan teknik REBT dapat meningkatkan kepercayaan diri orangtua yang memiliki anak Autis (Yusuf, Salim, & Legowo, 2018).

Penanganan pada penerimaan diri anak korban kekerasan dapat dilakukan dengan memberikan suatu layanan dalam kegiatan konseling. Adapun kegiatan layanan yang diberikan untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri pada anak korban kekerasan dalam hal ini ialah melakukan kegiatan layanan konseling kelompok dengan pendekatan REBT.

Konseling kelompok dalam kajian ini menggunakan pendekatan *Rational-Emotive Behavior model ABCDEF* dan *Rational-Emotive Imagery*. Ide dasar teori ini yaitu mengubah keyakinan yang irrasional menjadi rasional, menjadikan suatu perubahan yang adaptif serta memiliki emosional yang stabil. REBT memiliki beberapa tujuan diantaranya: 1). Membantu klien untuk mampu mencapai insight tentang *self-tasknya* sendiri, 2). Membantu klien untuk dapat mengakses pikiran, perasaan serta perilakunya, 3). Melatih klien tentang prinsip REBT sehingga dapat berfungsi lebih efektif di masa yang akan datang tanpa bantuan orang lain.

Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti merasa tertarik untuk mengetahui cara peningkatan kepercayaan diri anak korban kekerasan melalui konseling kelompok dengan Pendekatan REBT.

## **PEMBAHASAN**

### **A. Kekerasan pada Anak**

#### **1. Pengertian Kekerasan**

Kekerasan terhadap anak adalah segala tindakan baik yang disengaja maupun tidak disengaja yang dapat merusak anak baik berupa serangan fisik, mental sosial, ekonomi maupun seksual yang melanggar hak asasi manusia, bertentangan dengan nilai-nilai dan norma-norma dalam masyarakat.

Kekerasan merupakan perlakuan yang salah dari orangtua. Patilima mendefinisikan perlakuan yang salah pada anak adalah segala perlakuan terhadap anak yang akibat dari kekerasannya mengancam kesejahteraan dan tumbuh kembang anak, baik secara fisik, psikologi sosial maupun mental. Kekerasan pada anak dalam arti kekerasan dan penelantaran adalah semua bentuk perlakuan menyakitkan baik secara fisik maupun emosional, pelecehan seksual, penelantaran, eksploitasi yang mengakibatkan cedera atau kerugian nyata maupun potensial terhadap kesehatan anak, kelangsungan hidup anak, tumbuh kembang anak atau mertabat anak yang dilakukan dalam konteks hubungan tanggung jawab kepercayaan atau kekuasaan.

Sutanto, Menjelaskan bahwa kekerasan anak adalah perlakuan orang dewasa atau anak yang lebih tua dengan menggunakan kekuasaan terhadap anak yang tak berdaya yang seharusnya menjadi tanggung jawab dari orangtua atau pengasuh yang berakibat penderitaan, kesengsaraan, cacat/kematian.

#### **2. Faktor-faktor yang mempengaruhi kekerasan terhadap anak**

Beberapa faktor memicu kekerasan terhadap anak Menurut Komnas Perlindungan Anak pemicu kekerasan terhadap anak yang terjadi diantaranya:

- a) Pewarisan Kekerasan Antar Generasi. Banyak anak belajar perilaku kekerasan dari orangtuanya dan ketika tumbuh menjadi dewasa mereka melakukan tindakan kekerasan kepada anaknya.

- b) *Social Stress*. Stres yang ditimbulkan oleh berbagai kondisi sosial meningkatkan risiko kekerasan terhadap anak dalam keluarga.
- c) Isolasi Sosial. Orangtua dan pengganti orangtua yang melakukan tindakan kekerasan terhadap anak cenderung terisolasi secara sosial.
- d) Struktur Keluarga. Tipe-tipe keluarga tertentu memiliki risiko yang meningkat untuk melakukan tindakan kekerasan dan pengabaian kepada anak.

### 3. Pembagian Kekerasan Terhadap Anak.

Rivanda Abadi membagi beberapa jenis kekerasan yang dilakukan terhadap anak di antaranya sebagai berikut:

- a) Kekerasan Fisik. Bentuk kekerasan seperti ini mudah diketahui karena akibatnya bisa terlihat pada tubuh korban.
- b) Kekerasan Seksual. Bentuk kekerasan seperti ini biasanya dilakukan oleh orang yang telah dikenal anak, seperti keluarga, tetangga, guru maupun teman sepermainannya sendiri.
- c) Kekerasan secara Mental. Bentuk kekerasan seperti ini juga sering tidak terlihat, namun dampaknya bisa lebih besar dari kekerasan secara verbal.

## B. Konseling Kelompok dengan Pendekatan REBT

### 1. Proses Berpikir.

Pandangan pendekatan *Rational-Emotive Behavior Therapy*, individu memiliki tiga tingkatan berpikir, yaitu berpikir tentang apa yang terjadi berdasarkan fakta-fakta dan bukti, mengadakan penilaian terhadap fakta dan bukti, dan keyakinan terhadap proses *inferences* dan evaluasi (Froggatt, 2005, p. 4).

Selanjutnya, Ellis membagi pikiran individu dalam tiga tingkatan, yaitu: dingin, hangat, dan panas, hal ini mengilustrasikan bagaimana emosi terintegrasi dalam pikiran.

### 2. Tujuan Konseling.

Tujuan utama konseling dengan pendekatan REBT adalah membantu individu menyadari bahwa mereka dapat hidup dengan lebih rasional dan lebih produktif. Secara lebih jelas, REBT mengajarkan individu untuk

mengoreksi kesalahan berpikir untuk mereduksi emosi yang tidak diharapkan.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dipahami bahwa dengan melaksanakan konseling kelompok dengan pendekatan REBT dapat memberikan kemudahan kepada anak atau klien dalam mereduksi emosi yang tidak mereka harapkan.

### 3. Peran dan Fungsi Konselor

Peran konselor dalam pendekatan *Rational Emotive Therapy* yaitu: 1). Aktif-direktif, yaitu mengambil peran lebih banyak untuk memberikan penjelasan terutama pada awal konseling, 2). Mengkonfrontasi pikiran irasional konseli secara langsung, 3). Menggunakan berbagai teknik untuk menstimulus konseli untuk berpikir dan mendidik kembali diri konseli sendiri, 4). Secara terus menerus “menyerang” pemikiran irasional konseli, 5). Mengajak konseli untuk mengatasi masalah dengan kekuatan berpikir bukan emosi, 6). Bersifat didaktif.

### 4. Tahap-tahap Konseling.

Konseling dengan pendekatan *Rational Emotif Behavior Therapy* membantu konseli mengenali dan memahami perasaan, pemikiran, dan tingkah laku yang irasional. Dalam proses ini konseli diajarkan untuk menerima bahwa perasaan, pemikiran, dan tingkah laku tersebut diciptakan dan diverbalisasi oleh konseli sendiri. Untuk mengatasi hal tersebut, konseli membutuhkan konselor untuk membantu mengatasi permasalahannya. Dalam proses konseling dengan pendekatan REBT terdapat beberapa tahap yang dikerjakan oleh konselor dan konseli.

#### **Tahap Pertama**

Proses di mana konseli diperhatikan dan didasarkan bahwa mereka tidak logis dan irasional. Proses ini membantu konseli memahami bagaimana bagaimana dan mengapa dapat menjadi irasional. Pada tahap ini konseli diajarkan bahwa mereka memiliki potensi untuk mengubah hal tersebut.

#### **Tahap Kedua**

Pada tahap ini konseli dibantu untuk yakin bahwa pemikiran dan perasaan negatif tersebut dapat ditantang dan diubah. Pada tahap ini

konseli mengeksplorasi ide-ide untuk menentukan tujuan-tujuan rasional. Konselor juga mendebat pikiran irasional konseli dengan menggunakan pertanyaan untuk menantang validitas ide tentang diri, orang lain dan lingkungan sekitar. Pada tahap ini konselor menggunakan teknik-teknik konseling *Rational-Emotive Behavior Therapy* untuk membantu konseli mengembangkan pikiran rasional.

### **Tahap Ketiga**

Tahap akhir ini, konseli dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga konseli tidak terjebak pada masalah yang disebabkan oleh pemikiran irasional.

Tahap-tahap konseling ini merupakan proses natural dan berkelanjutan tahap-tahap ini menggambarkan keseluruhan proses konseling yang dilalui oleh konselor dan konseli. Dari tahap-tahap terdapat dua tugas utama konselor yaitu:

- a. *Interpersonal*, yaitu membangun hubungan terapeutik, membangun rapport, dan suasana kolaboratif.
- b. *Organizational*, yaitu bersosialisasi dengan konseli untuk memulai kegiatan konseling, mengadakan proses asesmen awal, menyetujui wilayah masalah dan membangun tujuan konseling.

## **PENUTUP**

Berdasarkan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Konseling kelompok yang dilakukan konselor kepada anak korban kekerasan yang mana kegiatan dilakukan secara langsung bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri anak korban kekerasan.
2. Kelima subyek memiliki kepercayaan diri dengan adanya layanan konseling kelompok. Proses layanan konseling kelompok ini menggunakan pendekatan REBT, yang bertujuan dapat membuang pikiran irasional dan dapat menggantinya dengan pikiran yang rasional.
3. Hasil dari konseling kelompok menggunakan pendekatan REBT pada anak korban kekerasan yaitu kepercayaan diri anak mulai terbangun bahwa

mereka harus selalu berupaya melakukan hal yang terbaik serta menepis segala dampak dari perlakuan kekerasan yang terjadi pada diri mereka.

Saran bagi Guru BK yaitu diharapkan melakukan penanganan sedini mungkin jika menemukan siswa yang menjadi korban kekerasan agar aktivitas dan interaksi sosial mereka tidak terganggu. Salah satu upaya yang dapat diberikan yaitu layanan konseling kelompok dengan pendekatan REBT.

### **DAFTAR RUJUKAN**

- Aisah Marlina. *Jurnal Psikologi Indonesia*, Volume 6, No. 1, Juni 2017.
- Awaliyah.,Awalya., Suharso. *Indonesia Journal of Guidance and Counseling: Theory and Appication*, Volume 3, No. 1, April 2014.
- Daroni., Yusuf., Salim., Gunarhadi., Edi Legowo. *Jurnal Bimbingan dan Konseling* 8 (2) 100-113, November 2018.
- Gantina., Wahyuni., Karsih. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*.Jakarta: PT Indeks.
- Handika, I.W., Putri, & Suarni, N.K. (2014). Penerapan Konseling Rasional Emotif Dengan Formula ABC Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Kelas VIII 2 SMP Laboratorium UNDIKSHA 2013/2014. *e-journal Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling*, 2 (1).
- Kartini Kartono. 1995. *Psikologi Anak (Psikologi Perkembangan )*. Bandung:Mandar Maju.
- Robert C. Berg, Garry L landreth, Kevin A.Fall, *Group Counseling*, USA: Taylor and Prancis and Group, 2006.
- Soekresno. 2007. *Mengenal Dan Mencegah Terjadinya Tindak Kekerasan Terhadap Anak*. Jakarta: Kencana.