



**LAYANAN KONSELING INDIVIDU DENGAN
PENDEKATAN REBT (*RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR
THERAPY*) DALAM MENANGANI KORBAN KEKERASAN
DALAM RUMAH TANGGA (Studi Kasus di Dinas Pemberdayaan
Perempuan dan Perlindungan Anak Kabupaten Lampung Selatan)**

Fathatun Hasnyah¹, Rini Setiawati², Noffiyanti³

^{1,2,3} Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

Korespondensi Penulis. E-mail: fathatuhasniaa@gmail.com Tlp: +62 895336812111

Abstrak

Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) merupakan salah satu permasalahan sosial yang serius dan terus menjadi perhatian, termasuk di Kabupaten Lampung Selatan. Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA) Kabupaten Lampung Selatan memegang peran penting dalam memberikan layanan kepada korban KDRT. Salah satu upaya yang dilakukan adalah menyediakan layanan konseling individu dengan pendekatan REBT. Tujuan penelitian ini ialah untuk mengkaji layanan konseling individu dengan pendekatan REBT dalam menangani korban kekerasan dalam rumah tangga di Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Kabupaten Lampung Selatan. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif, bersifat deskriptif kualitatif, yang berarti meneliti status kelompok manusia, objek, kondisi, sistem pemikiran, dan kelas peristiwa saat ini. Hasil penelitian yang didapatkan ialah, terdapat tiga indikator penyebab terjadinya kekerasan dalam rumah tangga, yakni, adanya hubungan kekuasaan yang tidak seimbang antara suami dan istri, ketergantungan ekonomi, dan kekerasan sebagai penyelesaian konflik. Pendekatan REBT dalam konseling individu di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan merupakan metode yang efektif dalam membantu korban KDRT mengatasi trauma dan membangun kembali kepercayaan diri.

Kata Kunci: KDRT, Konseling Individu, REBT, Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan

ABSTRACT

Domestic violence (DV) is a serious social problem and continues to be a concern, including in South Lampung District. The South Lampung Regency Women's Empowerment and Child Protection (PPPA) Office plays an important role in providing services to victims of domestic violence. One of the efforts made is to provide individual counseling services with the REBT approach. The purpose of this study was to examine individual counseling

services with the REBT approach in dealing with victims of domestic violence at the South Lampung Regency Women's Empowerment and Child Protection Office. The research method used is qualitative, descriptive qualitative, which means examining the current status of human groups, objects, conditions, systems of thought, and classes of events. The results obtained are, there are three indicators of the causes of domestic violence, namely, the existence of an unbalanced power relationship between husband and wife, economic dependence, and violence as a conflict resolution. The REBT approach in individual counseling at the PPPA Office of South Lampung Regency is an effective method in helping victims of domestic violence overcome trauma and rebuild self-confidence.

Keywords: KDRT, Individual Counseling, REBT, Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan

1. Pendahuluan

Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) merupakan salah satu permasalahan sosial yang serius dan terus menjadi perhatian di Indonesia. Berdasarkan data dari berbagai lembaga, kasus KDRT masih sering terjadi dan memiliki dampak signifikan terhadap korban, terutama perempuan dan anak-anak. Kekerasan (*violence*) merupakan wujud perbuatan yang lebih bersifat fisik yang mengakibatkan luka, cacat, atau penderitaan pada orang lain. Bentuk kekerasan seperti ini antara lainnya ialah penganiayaan, kejahatan perkosaan, dan lain-lain. Dampak dari KDRT tidak hanya berupa luka fisik, tetapi juga trauma psikologis, seperti perasaan rendah diri, kecemasan, depresi, hingga gangguan emosional yang berkepanjangan. (Poerwandari 2000, 283)

Wanita mengalami berbagai jenis kekerasan dalam rumah tangga. Wanita paling sering mengalami kekerasan dalam rumah tangga dengan berbagai bentuk. Mulai dari fisik dan seksual, serta penelantaran ekonomi dan psikis dalam beberapa kasus kekerasan dalam rumah tangga. Menurut data Komnas Perempuan, 43% kekerasan dalam rumah tangga terdiri dari kekerasan fisik; 25% adalah kekerasan seksual; 19% adalah kekerasan psikis; dan 13% adalah kekerasan ekonomi. Hal ini membuktikan bahwa sebagian besar kekerasan terhadap

perempuan ialah dalam bentuk kekerasan fisik. (Alfachroini, Rachmawati, dan Tawakkal 2024, 19–26).

Dampak KDRT yang dialami oleh korban, terutama perempuan, sering kali mengarah pada trauma psikologis yang mendalam. Trauma ini dapat mengganggu kehidupan sehari-hari, menurunkan rasa percaya diri, hingga menyebabkan gangguan mental seperti depresi dan kecemasan. Oleh karena itu, layanan konseling individu menjadi salah satu pendekatan strategis untuk membantu korban KDRT dalam memulihkan kesehatan mental mereka dan meningkatkan kualitas hidup. Dalam proses pelaksanaan bimbingan konseling, seseorang diharapkan dapat memanfaatkan potensinya untuk mengembangkan bakat mereka sesuai dengan fitrah agamanya. (Amin 2010, 23).

Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) merupakan salah satu isu sosial yang serius dan terus menjadi perhatian di Indonesia, termasuk di Kabupaten Lampung Selatan. Fenomena ini tidak hanya berdampak pada fisik, tetapi juga pada psikologis korban, sehingga memerlukan penanganan yang komprehensif. Berdasarkan data dari Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA) Lampung Selatan, kasus kekerasan terhadap perempuan dan anak terus meningkat. Dalam periode Januari hingga Juli 2024 saja, tercatat 48 kasus kekerasan terhadap anak dan perempuan, dengan 11 kasus di antaranya adalah KDRT.

Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA) Kabupaten Lampung Selatan memegang peran penting dalam memberikan layanan kepada korban KDRT. Salah satu upaya yang dilakukan adalah menyediakan layanan konseling individu yang bertujuan memberikan dukungan emosional, membantu korban memahami hak-hak mereka, dan membimbing mereka dalam proses pemulihan. Melalui pendekatan ini, korban diharapkan dapat menghadapi tantangan kehidupan mereka dengan lebih baik dan membangun kembali rasa percaya diri.

Konseling individu merupakan layanan inti yang pelaksanaannya menuntut persyaratan dan mutu usaha yang benar-benar tinggi. Salah satu pendekatan yang efektif dalam konseling psikologis adalah *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Pendekatan ini berfokus pada membantu individu memahami dan mengubah pola pikir yang irasional serta menggantinya dengan pemikiran yang lebih rasional. Dalam konteks korban KDRT, REBT dapat membantu mereka mengenali emosi yang negatif, memperbaiki pola pikir, serta mengembangkan strategi coping yang lebih adaptif dalam menghadapi dampak kekerasan. (Prayitno dan Amti 2013, 105)

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji keefektifan konseling individu yang dilakukan dengan pendekatan REBT di Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. Dengan fokus penelitian pada studi kasus di Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Kabupaten Lampung Selatan. Dengan mengkaji peran layanan konseling individu dalam menangani korban KDRT, diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan kebijakan dan praktik penanganan kekerasan berbasis gender di tingkat daerah maupun nasional. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi bahan rekomendasi bagi instansi terkait dalam meningkatkan kualitas layanan kepada korban, sehingga tercipta lingkungan yang lebih aman dan mendukung bagi perempuan dan anak di Kabupaten Lampung Selatan.

Penelitian terdahulu yang relevan dibutuhkan sebagai data bukti nyata bahwasanya penelitian ini dilakukan bukan tanpa dasar. Oleh karena itu, peneliti memiliki beberapa penelitian terdahulu yang relevan sebagai rujukan dalam melakukan penelitian.

- a. Dhany Setiaji, Universitas Islam Negeri Sulthan Syarif Kasim Riau dengan judul “Layanan Konseling Individu Dalam Menangani Korban Kekerasan

- Psikis Pada Perempuan Dan Anak Di Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan Dan Anak (P2TP2A) Provinsi Riau”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konselor telah melakukan konseling sesuai dengan tahapan-tahapan proses konseling yaitu: tahap awal, tahap pertengahan (tahap kerja), dan tahap akhir dan sesuai dengan SOP prosedur pelayanan kasus di PTP2A Provinsi Riau. Laporan tidak di berikan kepada klien. (Setiaji 2021)
- b. Samrotul Khumairoh UIN Raden Intan Lampung dengan penelitian berjudul “Layanan Konseling Individu Untuk Mengatasi Depresi Pada Remaja Introvert Korban Kekerasan Seksual (Studi Kasus di Dinas Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak Kabupaten Mesuji)”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, Layanan Konseling Individu terhadap remaja korban kekerasan seksual di Dinas PPPA Kabupaten Mesuji yang digunakan oleh pendamping dalam proses pelaksanaan yaitu layanan Konseling Individu dengan menggunakan tahap awal, tahap pertengahan, dan tahap akhir bisa di katakan berhasil. Karena kegiatan tersebut sudah direncanakan untuk membantu remaja korban kekerasan seksual agar kondisi korban kembali dalam keadaan yang lebih baik dari segi fisik maupun psikis. (Khumairoh 2023)
- c. Jurnal oleh Maria Oktasari dkk, dengan judul “Kajian Teoritis Layanan Konseling Untuk Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT). Hasil penelitian ini menunjukan kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) adalah suatu perbuatan terhadap seseorang, terutama perempuan, yang menyebabkan kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, psikologis, seksual, atau penelantaran rumah tangga, termasuk ancaman atau pemaksaan untuk melakukan perbuatan, atau kehilangan kemerdekaan secara melawan hukum di dalam rumah (UU No.23 Th. 2004). (Oktasari, Stevani, dan Solihatun 2018, 12–21)
- d. Penelitian oleh M. Asasul Muttaqin dkk, dengan judul “Bimbingan Konseling Bagi Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga di LRC-KJHAM

Semarang”. Kekerasan terhadap perempuan (istri) yang terjadi di lingkungan keluarga tidak terlepas dari adanya ketimpangan gender yang menjadi salah satu sebab terjadinya KDRT. Di Jawa Tengah, salah satu lembaga yang memiliki konsen dalam penanganan kasus KDRT adalah LRC KJHAM. Pelayanan bimbingan konseling individu dan support group bagi korban KDRT yang diberikan oleh LRC-KJHAM bersifat integral dan menimbulkan perubahan yang signifikan dari perubahan sikap dan psikologis perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga. (Muttaqin, Murtadho, dan Umriana 2016)

2. Metode

Ditinjau dari segi studi tempat pelaksanaan penelitian, maka penelitian ini termasuk *field research* yakni penelitian lapangan. Penelitian lapangan ini artinya ialah penelitian yang dilakukan di masyarakat, lembaga, atau tempat yang berkaitan dengan fokus penelitian. Dengan kata lain, penelitian ini dilakukan dengan cara terjun langsung. (Timotius 2017, 13) Penelitian ini bersifat deskriptif kualitatif, yang berarti meneliti status kelompok manusia, objek, kondisi, sistem pemikiran, dan kelas peristiwa saat ini. Tujuan dari penelitian deskriptif ini adalah untuk memberikan gambaran atau lukisan yang sistematis, faktual, dan akurat tentang fakta-fakta, karakteristik, dan hubungan antara fenomena yang diselidiki. (Timotius 2017, 53) Penelitian deskriptif ini digunakan sebagai metode untuk menggambarkan populasi objek penelitian yang berada di Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA) Kab. Lampung Selatan.

Sumber data primer pada penelitian ini menggunakan data-data yang ada pada buku, jurnal ilmiah, dan teori-teori pendukung penelitian. Kemudian menggunakan sasaran studi kasus pada 5 orang yang terdiri dari 3 orang korban kekerasan dalam rumah tangga, 1 konselor dan 1 informan di Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Kabupaten Lampung Selatan. Sumber data

primer dapat berasal dari sumber data aslinya, seperti pendapat individu atau kelompok (orang), wawancara, atau hasil observasi dari objek, kejadian, atau pengujian dan studi kasus yang mencari atau mengkaji permasalahan secara mendalam mengenai seorang individu, kelompok, institusi, gerakan sosial, insiden, yang saling berkaitan dengan kenyataan, konteks, serta waktu. (Sujarweni 2014, 73)

- a. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi adalah pengumpulan data yang melibatkan pengamatan langsung terhadap objek atau fenomena tertentu. Jenis observasi yang penulis gunakan adalah observasi non partisipan karena peneliti hanya mengamati proses konseling individu yang dilakukan oleh konselor kepada korban kekerasan dalam rumah tangga. (Narbuko dan Achmadi 2013, 70) Wawancara adalah teknik pengumpulan data dengan jalan melakukan tanya jawab. Dalam penelitian ini menggunakan wawancara tidak terstruktur dimana peneliti menanyakan pertanyaan melalui perantara yaitu melalui konselor kepada 3 korban kekerasan dalam rumah tangga. (Idrus 2009, 67–68) Dalam penelitian ini, menggunakan dokumentasi yang berisi sejarah Dinas PPPA Kab. Lampung Selatan, struktur organisasi, foto-foto, dan berbagai aspek yang dapat mendukung hasil penelitian ini yang berkaitan di dalamnya.
- b. Penelitian ini menggunakan analisis data kualitatif menggunakan model analisis data interaktif. Analisis data dimulai, setelah membuat catatan lapangan, observasi di lapangan, data primer dan sekunder yang tersedia dari wawancara, dan referensi yang berkaitan dengan penelitian akan dianalisis. Langkah-langkah yang dilakukan adalah, pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan pengambilan kesimpulan.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Hasil

Penelitian ini dilakukan dengan 4 partisipan yang terdiri dari 1 konselor dan 3 korban kdrt di Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak

Kabupaten Lampung Selatan. Analisis proses pelaksanaan layanan konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam menangani korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) melibatkan beberapa tahapan yang bertujuan untuk mengubah pola pikir irasional menjadi rasional. REBT fokus pada identifikasi dan modifikasi keyakinan irasional yang menyebabkan emosi negatif dan perilaku tidak sehat. Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA) Kabupaten Lampung Selatan memiliki peran utama dalam menangani korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT).

Tabel 1. Konselor

Nama	Jabatan
Puji Lestari, S.Psi.	Kepala Bidang Pemenuhan Hak Perempuan dan Anak (Konselor)

Tabel 2. Data Korban Kdrt di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan

Nama	L/P	Alamat
Renita	P	Ketapang, Lampung Selatan
Sela Khofifa	P	Ketapang, Lampung Selatan
Meta Az-zahra	P	Bakau Heni, Lampung Selatan

1) Kekerasan dalam Rumah Tangga di Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Kabupaten Lampung Selatan

Berdasarkan hasil observasi, ditemukan hasil analisis beberapa faktor utama yang menyebabkan kekerasan dalam rumah tangga:

- a) Adanya hubungan kekuasaan yang tidak seimbang antara suami dan istri

Berdasarkan hasil observasi yang didapatkan dari korban bernama Renita, KDRT di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan, Konseli

mulai menyadari adanya ketidakseimbangan kekuasaan antara suami dan istri dalam rumah tangga dengan bantuan konselor. Ketidakseimbangan kekuasaan dalam rumah tangga tidak hanya memengaruhi keputusan dan kontrol dalam hubungan, tetapi juga berdampak pada cara pasangan berkomunikasi dan bagaimana mereka mengekspresikan emosi. (Renita 2025)

Hasil observasi yang didapatkan dari korban bernama Sela Khofifa, KDRT di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan, Konseli mengungkapkan bahwa suaminya selalu mengambil keputusan penting tanpa berdiskusi dengannya. Hal ini mencakup keputusan dalam berbagai aspek, seperti, keuangan, pendidikan anak, sosial, dan kehidupan sehari-hari. Konseli merasa bahwa ketidakseimbangan ini menyebabkan dirinya kehilangan peran dan suara dalam rumah tangga. (Meta Az-Zahra 2025)

Hasil observasi yang didapatkan dari korban bernama Meta A-Zahra, KDRT di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan Ketidakseimbangan kekuasaan dalam rumah tangga ini berakar pada pola hubungan yang tidak setara, di mana suami mengharapkan kepatuhan mutlak dari istri tanpa mempertimbangkan kebutuhannya. Hal ini menyebabkan dampak negatif bagi kesejahteraan emosional dan psikologis istri. (Sela Khofifa 2025)

Berdasarkan hasil wawancara dengan konselor di Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Lampung Selatan, Ketidakseimbangan kekuasaan dalam rumah tangga bukanlah sesuatu yang terjadi secara kebetulan, tetapi sering kali berakar pada norma sosial, ekonomi, budaya, dan psikologis. Konselor berperan penting dalam membantu individu menyadari ketimpangan ini, membangun relasi yang lebih sehat, serta memberikan dukungan dalam menghadapi

dampaknya.(Puji Lestari 2025)

b) Ketergantungan Ekonomi

Berdasarkan hasil observasi yang didapatkan dari Sela Khofifa korban KDRT di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan, Memahami bahwa semakin rendah tingkat pendidikan dan semakin terbatas akses terhadap pekerjaan, maka semakin besar risiko ketergantungan ekonomi pada pasangan, yang dapat berdampak pada ketidakseimbangan kekuasaan dalam hubungan. Konseli mulai memahami bahwa ketergantungan ekonomi istri bukan hanya disebabkan oleh faktor individu, tetapi juga oleh lingkungan dan budaya. (Sela Khofifa 2025)

Hasil observasi yang didapatkan dari Renita korban KDRT di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan, Memahami bahwa semakin rendah tingkat pendidikan dan semakin terbatas akses terhadap pekerjaan, maka semakin besar risiko ketergantungan ekonomi pada pasangan, yang dapat berdampak pada ketidakseimbangan kekuasaan dalam hubungan. Ketergantungan ekonomi sering kali menjadi pemicu konflik dalam hubungan karena menciptakan ketidakseimbangan kekuasaan, stres finansial, dan kontrol finansial. (Renita 2025)

Hasil observasi yang didapatkan dari Meta Az-zahra korban KDRT di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan, Menyadari pentingnya pekerjaan untuk kemandirian ekonomi. Memahami bagaimana akses terhadap pekerjaan dapat memengaruhi ketergantungan ekonomi seseorang serta membantu dalam merancang langkah-langkah yang mendukung kemandirian finansial. Konseli menunjukkan pemahaman yang cukup baik mengenai penyebab utama ketergantungan ekonomi istri dalam rumah tangga, terutama karena hanya memiliki satu sumber pendapatan.(Meta Az-Zahra 2025)

Berdasarkan wawancara dengan konselor, ketergantungan ekonomi dalam rumah tangga dapat menciptakan ketidakseimbangan kekuasaan yang memengaruhi dinamika hubungan antara suami dan istri. Konselor yang memahami hal ini dapat membantu individu atau pasangan dalam mengatasi dampak negatif dari ketergantungan finansial serta membangun relasi yang lebih sehat dan setara. (Puji Lestari 2025)

- c) Kekerasan sebagai Alat untuk Menyelesaikan Konflik Berdasarkan hasil observasi yang didapatkan dari Meta Az-zahra korban KDRT di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan.

Konseli mulai menyadari bahwa kekerasan yang dialaminya bukan sesuatu yang normal dalam rumah tangga. Setelah beberapa kali mengalami kekerasan, mulai memahami bahwa pola ini berulang tanpa ada perubahan dari pasangan. Konseli memiliki pemahaman bahwa kekerasan adalah bagian dari pernikahan karena adanya dominasi suami dan faktor budaya. (Meta Az-Zahra 2025) Berdasarkan hasil observasi yang didapatkan dari Renita korban KDRT di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan, Seseorang menggunakan kekerasan dalam konflik karena berbagai alasan, seperti keinginan mengontrol pasangan, kurangnya keterampilan komunikasi, pola asuh yang penuh kekerasan, tekanan sosial, dan faktor psikologis. Kekerasan lebih sering terjadi dalam rumah tangga karena hubungan emosional yang kuat, ketidakseimbangan kekuasaan, pengalaman masa kecil, tekanan ekonomi, dan kurangnya keterampilan komunikasi. (Renita 2025)

Berdasarkan hasil observasi yang didapatkan dari Sela Khofifa korban KDRT di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan, Pemahaman konseli mengenai kekerasan sebagai alat penyelesaian konflik dalam rumah tangga dipengaruhi oleh faktor lingkungan, budaya, dan pengalaman pribadi. Dibutuhkan intervensi yang komprehensif, mulai

dari pendidikan hingga dukungan psikologis, untuk mengubah pola pikir ini dan mendorong penggunaan metode penyelesaian konflik yang lebih sehat dan damai.(Sela Khofifa 2025)

Berdasarkan hasil wawancara dengan konselor di Dinas PPPA di Kabupaten Lampung Selatan, ialah Konselor yang memahami pola ini dapat membantu individu untuk keluar dari lingkaran kekerasan dan menemukan cara penyelesaian konflik yang lebih sehat. Siklus kekerasan dalam konflik membuat kekerasan terus berulang dan semakin sulit dihentikan.(Puji Lestari 2025)

2) Tahapan-Tahapan Konseling Individu Dengan Pendekatan *REBT* Di Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak.

a) Tahap Awal

Hasil observasi yang didapatkan dari Renita korban KDRT di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan, Konseli perlu merasa aman dan nyaman untuk berbagi pikiran, perasaan, serta pengalaman pribadinya. Dalam proses Rasional Emotif Behavior Therapy (REBT) atau Terapi Perilaku Rasional Emotif (RBT), salah satu tahap penting adalah penjelasan dan definisi masalah yang dilakukan oleh konselor kepada konseli.(Renita 2025)

Hasil observasi yang didapatkan dari Sela Khofifa korban KDRT di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan, Dalam proses konseling, konseli juga membangun hubungan dengan konselor. Hubungan ini dikenal sebagai *therapeutic alliance* atau hubungan terapeutik, yang merupakan dasar penting dalam keberhasilan konseling. Dalam proses konseling, konselor membantu menjelaskan dan mendefinisikan masalah yang dihadapi oleh konseli. (Sela Khofifa 2025)

Hasil observasi yang didapatkan dari Meta Az-zahra korban KDRT di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan, Dalam proses konseling,

konseli juga membangun hubungan dengan konselor. Penafsiran dan penjajakan ini dilakukan dengan tujuan menggali akar masalah, mengidentifikasi pola perilaku atau keyakinan yang kurang sehat, serta memberikan wawasan baru kepada konseli agar mereka dapat mengambil langkah yang lebih baik dalam kehidupan mereka. (Meta Az-Zahra 2025)

Berdasarkan hasil wawancara dengan konselor, ialah sebagai berikut. Konselor atau merencanakan bantuan yang mungkin yaitu dengan menghidupkan Kembali semua potensi pelanggan, dan dia proses menentukan berbagai pilihan yang tepat untuk mengantisipasi kesulitan. Dalam proses ini konselor memberikan pemahaman dan latar belakang mengapa konseli ada pada kondisi tersebut. (Puji Lestari 2025)

b) Tahap Pertengahan

Hasil observasi yang didapatkan dari Renita korban KDRT di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan, Tahap eksplorasi masalah oleh konselor adalah langkah penting untuk memahami lebih dalam akar permasalahan yang dihadapi konseli. Tahap ini bertujuan untuk mengidentifikasi pola pikir irasional, emosi yang muncul, dan perilaku yang dihasilkan sebagai respons terhadap suatu masalah. Konseli juga memiliki peran dalam memastikan bahwa konseling dijalankan sesuai kontrak yang telah disepakati bersama konselor. (Renita 2025)

Hasil observasi yang didapatkan dari Sela Khofifa korban KDRT di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan, Pada tahap pertengahan konseling, konselor mengeksplorasi masalah yang dialami konseli. Setelah eksplorasi masalah dilakukan, konselor dan konseli bisa bekerja sama dalam mendefinisikan tujuan dan menyusun strategi untuk mencapai solusi yang diinginkan. (Sela Khofifa 2025)

Hasil observasi yang didapatkan dari Meta Az-zahra korban KDRT

di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan, Pada tahap pertengahan konseling, konselor mengeksplorasi masalah yang dialami konseli. Setelah eksplorasi masalah dilakukan, konselor dan konseli bisa bekerja sama dalam mendefinisikan tujuan dan menyusun strategi untuk mencapai solusi yang diinginkan. Konselor merancang strategi yang sesuai dengan kebutuhan konseli untuk membantu mereka mengatasi masalah, mengubah pola pikir yang tidak sehat, serta mencapai tujuan terapi yang telah disepakati dalam kontrak konseling. (Meta Az-Zahra 2025) Berdasarkan hasil wawancara dengan konselor di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan, pada tahap pertengahan konseling individu, konselor membantu klien mengembangkan pikiran rasional dengan menggunakan pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) yang dikembangkan oleh Albert Ellis. Tujuan utama REBT adalah mengidentifikasi, menantang, dan mengubah keyakinan irasional yang menyebabkan emosi negatif dan perilaku yang tidak adaptif. (Puji Lestari 2025)

c) Tahap akhir

Hasil observasi yang didapatkan dari Meta Az-zahra korban KDRT di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan, Setelah kontrak konseling disepakati dan strategi dikembangkan, tahap berikutnya adalah pelaksanaan rencana konseling oleh konseli. Pada tahap ini, konseli mulai menerapkan teknik, strategi, dan rekomendasi yang telah dirancang bersama konselor dalam kehidupan sehari-hari untuk mencapai perubahan yang diinginkan. (Meta Az-Zahra 2025)

Hasil observasi yang didapatkan dari Sela Khofifa korban KDRT di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan, Setelah tahap eksplorasi dan perencanaan, konselor mengimplementasikan rencana konseling kepada konseli. Tahap ini merupakan bagian penting dalam proses konseling, di

mana strategi yang telah dirancang mulai diterapkan untuk membantu konseli mencapai tujuan mereka. (Sela Khofifa 2025)

Hasil observasi yang didapatkan dari Renita korban KDRT di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan, setelah tahap eksplorasi dan perencanaan konselor mengimplementasikan rencana konseling kepada konseli. Tahap ini merupakan bagian penting dalam proses konseling dimana strategi yang telah dirancang mulai diterapkan untuk membantu konseli mencapai tujuan mereka (Renita, 2025)

Berdasarkan hasil wawancara dengan konselor di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan, ialah setelah tahap eksplorasi dan perencanaan, konselor mengimplementasikan rencana konseling kepada konseli. Tahap ini merupakan bagian penting dalam proses konseling, di mana strategi yang telah dirancang mulai diterapkan untuk membantu konseli mencapai tujuan mereka. Evaluasi dan penutupan merupakan tahap akhir dalam proses konseling untuk memastikan bahwa konseli telah mendapatkan manfaat yang optimal. (Puji Lestari 2025)

3.2 Pembahasan

3.2.1 Kekerasan dalam Rumah Tangga

- a. Hasil analisis ketidakseimbangan kekuasaan dalam rumah tangga sering kali berakar pada faktor sosial, ekonomi, budaya, dan psikologis. Hal ini dapat menyebabkan salah satu pihak memiliki kontrol yang lebih besar terhadap keputusan dalam hubungan, komunikasi, dan ekspresi emosi, yang berpotensi menciptakan lingkungan yang tidak sehat dan penuh konflik. Konselor memiliki peran strategis dalam membantu korban memahami dan mengatasi ketidakseimbangan kekuasaan dalam rumah tangga. Ketidakseimbangan kekuasaan tidak hanya berdampak pada pasangan, tetapi juga pada anak-anak

dan hubungan keluarga secara keseluruhan.

- b. Hasil analisis indikator ketergantungan ekonomi ialah konselor yang memahami hubungan antara tingkat pendidikan, akses terhadap pekerjaan, dan ketergantungan ekonomi dapat lebih efektif dalam membantu individu yang mengalami ketidakseimbangan kekuasaan dalam rumah tangga. Faktor ekonomi sering menjadi penyebab utama ketergantungan dalam hubungan, terutama bagi pasangan yang memiliki keterbatasan pendidikan dan akses kerja. Ketika seseorang tidak memiliki kesempatan memperoleh pendidikan dan pekerjaan yang layak, mereka lebih rentan terhadap ketidakadilan dalam hubungan. Konselor memiliki peran penting dalam membantu individu memahami pentingnya kemandirian ekonomi dan memberikan dukungan untuk keluar dari ketergantungan finansial yang merugikan.
- c. Hasil analisis berdasarkan data yang telah diperoleh, kekerasan sering kali bukan sekadar akibat dari emosi sesaat, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor psikologis, sosial, dan budaya. Seseorang dapat menggunakan kekerasan sebagai cara menyelesaikan konflik karena berbagai faktor. Konselor memiliki peran penting dalam membantu individu memahami akar masalah kekerasan serta menemukan alternatif penyelesaian konflik yang lebih sehat. Kekerasan dalam konflik sering kali membentuk siklus yang terus berulang, yang dapat berdampak luas pada individu dan lingkungan sekitar.

3.2.2 Konseling Individu

Setelah analisis berbagai indikator terjadinya kekerasan dalam rumah tangga, selanjutnya adalah hasil analisis tahapan

layanan konseling individu dengan pendekatan REBT di Dinas Pemberdayaan dan Perlindungan Perempuan.

- a. Tahap awal, berdasarkan data di atas, konselor membangun hubungan yang baik dengan konseli, yang disebut rapport, yaitu hubungan saling percaya dan nyaman antara konselor dan konseli. Konselor menciptakan suasana yang nyaman dan aman bagi konseli, sehingga mereka dapat berbicara secara terbuka dan jujur tentang perasaan dan pengalaman mereka. Kepercayaan ini menjadi dasar bagi proses konseling yang efektif. Dengan memahami kondisi konseli secara mendalam, konselor dapat menunjukkan pola pikir yang kurang logis atau rasional serta membantu konseli mengembangkan cara berpikir yang lebih sehat.
- b. Tahap pertengahan, berdasarkan data lapangan di atas ialah, konselor mendalami masalah yang dihadapi klien dengan memahami latar belakang, faktor penyebab, dan dampaknya. Setelah memperoleh gambaran yang jelas, konselor membantu konseli membangun keyakinan bahwa pemikiran dan perasaan negatif dapat ditantang dan diubah. Konselor dan konseli bekerja sama untuk menyusun strategi atau rencana tindakan guna mengatasi masalah yang dihadapi. Pada tahap pertengahan konseling individu, konselor menggunakan pendekatan REBT yang dikembangkan oleh Albert Ellis. Dengan pendekatan ini, klien dapat mengembangkan pola pikir yang lebih sehat dan adaptif, memungkinkan mereka menghadapi tantangan hidup dengan lebih efektif.

- c. Tahap akhir, yang didapatkan dari korban KDRT di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan, pada tahap akhir konseling individu, merupakan proses implementasi rencana. Konseli mulai menerapkan strategi yang telah disepakati dalam kehidupan sehari-hari. Konselor memberikan dukungan dan bimbingan selama proses ini. Dengan bantuan ini, konseli tidak hanya mengembangkan pikiran yang lebih rasional, tetapi juga membangun filosofi hidup yang sehat. Hal ini membantu mereka menjalani hidup dengan lebih tenang, lebih adaptif, dan lebih

4. Simpulan

Analisis proses pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam menangani korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) melibatkan beberapa tahapan yang bertujuan untuk mengubah pola pikir irasional menjadi rasional. Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA) Kabupaten Lampung Selatan memiliki peran utama dalam menangani korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Terdapat tiga indikator penyebab terjadinya kekerasan dalam rumah tangga, yakni, adanya hubungan kekuasaan yang tidak seimbang antara suami dan istri, ketergantungan ekonomi, dan kekerasan sebagai penyelesaian konflik.

Pendekatan REBT dalam konseling individu di Dinas PPPA Kabupaten Lampung Selatan merupakan metode yang efektif dalam membantu korban KDRT mengatasi trauma dan membangun kembali kepercayaan diri. Proses konseling ini dilakukan melalui tiga tahapan utama: identifikasi masalah, intervensi REBT, dan evaluasi. Namun, efektivitasnya bergantung pada kesiapan korban, dukungan sosial, serta sumber daya yang tersedia di lembaga tersebut. Pada tahap awal konseling hingga tahap akhir konseling individu, konselor harus membangun hubungan yang baik dengan klien, melakukan asesmen mendalam, menyepakati masalah utama, dan

menetapkan tujuan konseling.

Daftar Pustaka

- Alfachroini, Hilda Risma, Rachmawati, dan M. Iqbal Tawakkal. 2024. "Keefektifan Konseling REBT Teknik Emotional Control Card Untuk Mereduksi Stress Wanita Korban KDRT." *Prosiding SNBK (Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling)*8(1):19–26.
<https://prosiding.unipma.ac.id/index.php/SNBK/article/view/6297/5003>.
- Amin, Samsul Munir. 2010. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah.
- Idrus, Muhammad. 2009. *Metode Penelitian Ilmu Sosial*. Jakarta: Glora Aksara Pratama.
- Khumairoh, Samrotul. 2023. "Layanan Konseling Individu Untuk Mengatasi Depresi Pada Remaja Introvert Korban Kekerasan Seksual (Studi Kasus di Dinas Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak Kabupaten Mesuji)." UIN Raden Intan Lampung.
- Mardalena. 2025. "Hasil Wawancara Konselor Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Kabupaten Lampung Selatan."
- Meta Az-Zahra. 2025. "Hasil Observasi Di Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Kabupaten Lampung Selatan."
- Muttaqin, M. Asasul, Ali Murtadho, dan Anila Umriana. 2016. "Bimbingan Konseling Bagi Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di LRC- KJHAM Semarang." *SAWA* 11 (2): 177–210.
<https://doi.org/10.21580/sa.v11i2.1454>.
- Narbuko, Chalid, dan Abu Achmadi. 2013. *Metode Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Oktasari, Maria, Hayu Stevani, dan Solihatun. 2018. "Kajian Teoritis Layanan Konseling Untuk Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)." *Jurnal Psikodidaktika* 3 (1): 12–21.
<https://doi.org/10.32663/psikodidaktika.v3i1.297>.
- Poerwandari, Kristi. 2000. *Kekerasan Terhadap Perempuan Tinjauan Psikologis dalam buku Penghapusan Diskriminasi Terhadap Wanita*. Bandung: Alumni.

Prayitno, dan Erman Amti. 2013. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

Renita. 2025. "Hasil Observasi Di Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Kabupaten Lampung Selatan."

Sela Khofifa. 2025. "Hasil Observasi Di Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Kabupaten Lampung Selatan."

Setiaji, Dhany. 2021. "Layanan Konseling Individu Dalam Menangani Korban Kekerasan Psikis Pada Perempuan Dan Anak Di Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan Dan Anak (P2TP2A) Provinsi Riau." UIN Sulthan Syarif Kasim Riau.

Sujarweni, Wiratna. 2014. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press. Timotius, Kris. 2017. *Pengantar Metodologi Penelitian Pendekatan Manajemen*

Pengetahuan Untuk Perkembangan Pengetahuan. Yogyakarta: Andi Offset.