BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Allah SWT menghendaki pertemuan antara dua lawan jenis untuk terciptanya ketenangan bagi jiwa, raga, ataupun rasa saling menjaga dan melindungi. Setiap orang yang sudah menikah, tentu memimpikan keluarga yang harmonis dan indah. Hubungan baik ini ditandai dengan adanya keserasian dalam hubungan pernikahan didalam suatu keluarga. Keluarga yang memiliki hubungan baik di tandai dengan adanya keharmonisan, ketenangan, perdamaian dan rasa saling menyayangi di dalam keluarga.

Namun pada kenyataannya banyak sekali keluarga yang masih merasa tertekan, tidak nyaman, dan mengalami kesengsaraan, karena terjadinya konflik yang berkepanjangan. Pasangan suami istri yang tidak dapat menyelesaikan masalahnya dengan baik, hingga menimbulkan masalah baru yang semakin menambah besar. Hingga banyak sekali yang menyelesaikan masalah dengan emosi hingga terjadi kekerasan dalam rumah tangganya. Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) dapat terjadi karena faktor eksternal maupun internal, yang menyebabkan korbannya mengalami stres bahkan depresi. Hingga membutuhkan penanganan yang kompleks untuk memulihkan korban akibat dampak dari kekerasan yang dialaminya.

Masalah kekerasan dalam rumah tangga telah mendapatkan perlindungan hukum dalam Undang-Undang RI No. 23 Tahun 2004 tentang PKDRT Bab 1 Pasal 1 mengenai ketentuan umum KDRT, bahwa “Setiap perbuatan terhadap seseorang terutama perempuan, yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, atau penelantaran rumah tangga termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan,

pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dan lingkup rumah tangga."[1]

Namun masih banyak korban kekerasan rumah tangga, masih sedikit yang berani untuk melaporkan apa yang sudah dialaminya kepada ranah hukum, akibatnya korban hanya bisa bersembunyi dibalik ketakutan dan bertahan diatas kesengsaraan, dengan harapan agar suaminya bisa berubah suatu hari nanti. Berdasarkan data yang diambil dari berita**newsdetik.com**masyarakat dihebohkan dengan adanya laporan dari seorang *public figure* yang berinisial LK terhadap suaminya LB bahwa, polisi mengungkap LK menerima KDRT dari suaminya RB. "LK mengaku sudah tak tahan lagi sehingga melaporkan RB ke polisi. LK mengungkapkan bahwa KDRT yang dialaminya bukan yang pertama kali dilakukan, sudah sering. Sehingga LK sudah tidak kuat lagi dan melaporkannnya" Ujar Kabid Humas Polda Metro Jaya Kombes Endra Zulpan, kepada **detikcom**, Rabu (5/10/2022).[2]

Umumnya penyebab terjadinya kekerasan rumah tangga yaitu karena adanya masalah ekonomi yang buruk, selingkuh, perbedaan pendapat, dan ketidakpuasan seksual yang sering kali menyebabkan terjadinya perselingkuhan oleh salah seorang pasangan suami istri. Biasanya yang menjadi korban kekerasan rumah tangga yaitu pihak istri (perempuan), Tidak hanya orang tua atau satu pihak saja yang menjadi korban dalam kekerasan rumah tangga, tetapi anak juga merupakan salah satu korban dalam kekerasan rumah tangga yang terjadi. Anak yang dianiaya atau mengalami kekerasan rumah tangga akan mendapat banyak resiko, mereka dapat memiliki

---

[1] Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2004 Tentang *Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga*.

[2] https://news.detik.com/beritalestikejoralaporankdrt di akses pada tangga 6 November 2022. Pukul 09.30 WIB

kepribadian yang buruk dan terlebih buruknya lagi mereka dapat meniru perilaku yang dilakukan tersebut.

Kekerasan dalam rumah tangga akan memunculkan dampak psikologis bagi korbannya, menurut Intan Savitri dan Siddik Evendi dalam bukunya "Kenali Stres" dijelaskan seseorang yang mengalami sres akan menimbulkan dampak negatif dari tiga reaksi diantaranya reaksi fisik seperti sulit bernafas, tekanan darah tinggi, sakit pencernaan. Pada perilaku seperti terganggu pola tidur, mudah tersinggung. Dan dari psikologis seperti marah, cemas, tertekan, dan bayangan negatif

Peneliti telah melakukan wawancara pra penelitian dengan ketiga responden korban KDRT di Perumahan Villa Balaraja yang berinisial KK, MY, dan ST. Penelitian dilakukan pada tanggal 27 November 2021, setelah melakukan wawancara dengan responden, bahwa KK mengalami indikator tertekan, bayangan masa lalu, berfikir irrasional seperti menyalahkan diri sendiri. Adapaun yang dialami oleh ibu MY indikatornya seperti tertekan, bayangan masa lalu, kesulitan tidur, menyalahkan diri sendiri, dan yang diamai oleh ST yaitu berfikir irrasional, tertekan dan mudah tersinggung. Akibat dampak dari kekerasan yang dialami oleh ketiga responden, digolongkan menjadi stres berat.[3]

Seperti yang sudah di jelaskan, KDRT yang terjadi pada kehidupan seseorang, ketika seseorang mengalami KDRT dari sang pelaku terkadang korban hanya bisa diam saja, jika korban menceritakan pada orang lain hal tersebut dianggap sebagai menyebarkan aib keluarga, selain itu korban yang mengalami pun malu untuk bercerita, bahkan ada saja korban yang di ancam untuk tidak menceritakan perlakuan kasar suaminya kepada orang lain.

[3] Wawancara pra penelitian dengan responden KK pada tanggal 27 November 2021.

Hingga korban hanya bisa menerima kekerasan dengan lemah, tidak mampu melindungi dirinya sendiri.

Kepedulian terhadap korban KDRT sangatlah penting, peneliti mencoba membantu korban kekerasan dengan menerapkan konseling *Rational Emotif Behaviour Therapy* (REBT). REBTadalah salah satu pendekatan yang akan peneliti gunakan untuk membantu responden dalam mengatasi permasalahannya. Sebagai alasan konkrit menggunakan pendekatan REBT, karena pendekatan ini telah merancang dan menekankan interaksi berfikir rasional, perasaan, dan tingkah laku efektif dan positif. Sehingga konsep REBT mampu memberikan efek positif terhadap permasalahan yang akan diangkat dalam penelitian ini. Dengan demikian, layanan pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* (REBT) dapat memberikan arahan kepada respoden untuk mengurangi stres akibat kekerasan dalam rumah tangga.[4]

Peneliti berharap dengan menerapkan konseling REBT dapat membantu mengatasi permasalahan yang dialami oleh responden. Maka dengan ini peneliti akan melakukan penelitian dengan menggunakan "**Penerapan konseling *Rational Emotif Behaviour Theraphy*(REBT) Untuk Mengatasi Stres Pada Perempuan Korban KDRT".**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan penelitian ini, memunculkan rumusan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana Kondisi Stres Pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga di Perumahan Villa Balaraja?

[4] Erwin Sasmita, "Irrational Beliefs Dalam Konteks Kehidupan Seminari", Jurnal Telogi,Vol. 4 No.1 (Mei, 2015) h. 27

2. Bagaimana Penerapan Konseling *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) Untuk Mengatasi Stres Pada Perempuan Korban KDRT di Perumahan Villa Balaraja?
3. Bagaimana Hasil Penerapan Konseling *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) Untuk Mengatasi Stres Pada Perempuan Korban KDRT di Perumahan Villa Balaraja?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka dalam penelitian ini tujuan yang ingin dicapai adalah :

1. Untuk Mengetahui Kondisi Stres Pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga di Perumahan Villa Balaraja
2. Untuk Mengetahui Penerapan Konseling *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) Untuk Mengatasi Stres Pada Perempuan Korban KDRT di Perumahan Villa Balaraja
3. Untuk Mengetahui Hasil Penerapan Konseling *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) Untuk Mengatasi Stres Pada Perempuan Korban KDRT di Perumahan Villa Balaraja?

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan diatas, memunculkan manfaat baik dari segi teoritis maupun praktis yaitu :

1. Segi Teoritis

Secara teoritis penelitian ini dilakukan untuk memperdalam wawasan dan menambah keilmuan bagi peneliti dan juga mahasiswa Bimbingan Konseling Islam yang tertari membaca atau meneliti lebih lanjut tentang *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) untuk mengatasi stres pada korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)

2. Segi Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman dan manfaat kepada masyarakat luas dalam Penerapan Konseling *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT)untuk mengatasi Stres pada perempuan korban KDRT. Peneliti berharap responden mampu mengubah pemikiran irrasional menuju cara berfikir yang rasional, sehingga responden dapat meningkatkan kualitas diri dan kebahagiaan hidupnya.

E. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Dalam penelitian terkadang ada kesaamaan antara tema juga teknik yang dipakai dalam penelitian tersebut, maka dari itu dalam hal ini peneliti mengambil skripsi sebelumnya sebagai penelitian terdahulu yang relevan :

1. Hasil penelitian Hariyati Mustika Dewi

   Penelitian Hariyati Mustika, berjudul "Konseling Islam Dengan Terapi *Rational Emotif Behaviour Theraphy* Dalam Mengatasi Stres Ibu Muda Di Desa Boteng Menganti Gresik". Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan penelitian deskriptif kualitatif pada penggunaan metode studi kasus. Penelitian ini bertujuan untuk menghilangkan pikiran irasional seorang ibu muda yang stres karena takut berinteraksi dan bersosialisasi dengan masyarakat, karena memiliki trauma akan masa lalunya karena hamil diluar nikah, sehingga permasalahan ini membuat klien stres.

   Berdasarkan penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa, ada kesamaan pada penelitian yang akan penulis teliti, yaitu terdapat kesamaan berupa layanan konseling REBT dan juga mengangkat

permasalahan yang sama mengenai stres. Namun yang membedakan iyalah tahun dan juga lokasi penelitian.[5]

2. Hasil Penelitian Yusnita

Penelitian Yusnita, berjudul "Dampak Kekerasan Dalam Rumah Tangga Terhadap Anak (Studi Kasus Desa Bandaraji Kecamatan Sikap Dalam Kabupaten Empat Lawang)". Penelitian ini merupakan penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk kekerasan dalam rumah tangga terhadap anak di Desa Bandaraji Kecamatan Sikap Dalam Kabupaten Empat Lawang.[6]

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yusnita, dapat disimpulkan bahwa, terdapat kesamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis, yaitu sama-sama menggunakan metode kualitatif deskriptif, dan meneliti permasalahan yang sama yaitu Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT). Adapun yang membedakan iyalah dalam skripsi Yusnita membahas dampak kekerasan pada anak, sementara dalam skripsi ini membahas stres yang dialami perempuan korban KDRT.

F. Definisi Konseptualdan Definisi Operasional

Pembahasan skripsi ini berjudul "Penerapan Konseling *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) Untuk Mengatasi Stres Pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)". Maka sebelumnya perlu adanya penjelasan mengenai istilah yang ada pada judul tersebut. Agar lebih

---

[5]Hariyati Mustika Dewi, 2019, Konseling Islam Dengan Terapi Rational Emotif Behaviour Theraphy Dalam Mengatasi Stres Ibu Muda Di Desa Boteng Menganti Gresik, Surabaya :Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Ampel Surabaya.

[6] Yustina,2018, Dampak Kekerasan Dalam Rumah Tangga Terhadap Anak (Studi Kasus Desa Bandaraji Kecamatan Sikap Dalam Kabupaten Empat Lawang, Bengkulu: Institut Agama Islam Negeri.

jelas peneliti membagi dua penjelasan yaitu definisi konsep dan definisi operasional penjelasannya yaitu sebagai berikut :

1. **Definisi konseptual**

Definisi konseptual merupakan penarikan batasan yang menjelaskan suatu konsep secara singkat, jelas, dan tegas. Definisi konseptual dari penelitian ini adalah :

a. *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT)

Rational Emotif Behaviour Theraphy (REBT) adalah salah satu terapi dalam konseling yang di temukan oleh Albert Ellis. Terapi *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) adalah pemecahan masalah yang fokus pada aspek berfikir, menilai, memutuskan, direktif tanpa lebih banyak berurusan dengan dimensi-dimensi pikiran ketimbang dengan dimensi-dimensi perasaan". *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) pada masanya berbeda dari terapi utama lainnya, terutama dalam hal pentingnya membahas menempatkan dan mengadaptasi bagaimana klien berfikir.[7]

b. Stres

Menurut Sarastika "Munculnya stres dari dalam diri individu terjadi karena adanya kesenjangan antara harapan, kenyataan, dan kesenjangan yang ada dalam diri individu akan menimbulkan konflik yang akan mengakibatkan stres". Menurut Soedarmanji menyatakan "bahwa stres adalah bentuk gangguan emosi yang disebabkan adanya tekanan yang tidak dapat diatasi individu" Prayitno menambahkan "peristiwa disebut juga dengan stresor, dan reaksi orang terhadap peristiwa tersebut dinamakan respons stres. Stres yang berlanjut dapat

[7] Sri Hartati, dan Imas Kania Rahmah, "Konsep Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) Berbasis Islam Untuk Membangun Perilaku Etis Siswa" Jurnal Genta Mulia, Vol. 8 No. 2 (Juli 2017)

memnimbulkan gangguan emosi yang menyakitkan, seperti kecemasan dan depresi"[8]

c. Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)

Menurut Nurhadi dan Syahrir memandang bahwa kekerasan adalah "suatu perilaku pemaksaan yang mempunyai unsur persuasif maupun fisik adanya suatu pelecehan". Sedangkan dalam Undang-Umdag RI No.23 Tahun 2004 Pasal 1 tantang PKDRT yaitu mengenai ketentuan umum KDRT, bahwa "Setiap perbuatan terhadap seseorang terutama perempuan, yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, atau penelantaran rumah tangga termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dan lingkup rumah tangga".[9]

2. Definisi operasional

Definisi operasional adalah penarikan batasan yang lebih menjelaskan ciri-ciri spesifik yang lebih substantif dari konsep. Agar konsep dasar mengenai apa yang diteliti menjadi jelas. Maka peneliti perlu menjelaskan mengenai definisi operasional variabel yang ada dalam penelitian ini. Terdapat tiga variabel yang akan dijelaskan diantaranya *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT), Stres, dan Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT). Definsi operasional dari penelitian ini adalah :

---

[8] Najma Rusyady, Ali Rachman, dan Muhammad Andri Setiawan, "Efektivitas Manajemen Stres Dalam Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Pengurus OSDA Di Balai Pendidikan Pondok Darul Hijrah Cindai Alus Martapura" Jurnal Bimbingan Dan Konseling, Vol. 1 No. 1 (Oktober 2016)

[9] Edwin Manumpahi, Shirley, Dan Hendrik, "Kajian Kekerasan Dalam Rumah Tangga Terhadap Psikologi Anak Di Desa Soakonora Kecamatan Jailolo Kabupaten Halmahera Barat", *E-Journal Acta Diurna*, Vol. 5 No. 1 (2016)

a. *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT)

REBT adalah salah satu jenis pendekatan didalam konseling. REBT digunakan oleh peneliti sebagai salah satu konseling untuk mengatasi permasalahan pada pemikiran yang irrasional, dengan menggunakan REBT dapat membantu mengatasi pemikiran keliru yang dialami oleh responden sehingga dapat teratasi dengan baik.

b. Stres

Stres adalah gangguan emosi yang dialami oleh seseorang. Stres juga muncul karena ada tekanan yang tidak mampu diatasi oleh individu, sehingga memunculkan emosi yang dapat menggangu kehidupan pribadinya. Stres memiliki tingkatan berupa stres ringan, sedang hingga berat. Stres dapat diatasi oleh seseorang dengan meminimalisir pemikiran yang keliru dengan memunculkan pemikiran-pemikiran yang positif.

c. Kekerasan Dalam Rumah Tangga

Kekerasan dalam rumah tangga masih sering terjadi karena adanya kesalahfahaman yang terjadi antara suami dan istri. Faktor terjadinya kekerasan bisa berupa perselingkuhan, berdebatan dan masalah ekonomi yang dapat memunculkan emosi yang menimbulkan terjadinya kekerasan. Kekerasan yang dialami korban meninggalkan bekas pada luka fisik maupun psikis.