

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Konseling Individu**

Konseling individu yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik atau konseli mendapatkan layanan langsung tatap muka (secara perorangan) dengan guru pembimbing dalam rangka pembahasan pengentasan masalah pribadi yang diderita konseli.<sup>1</sup>

Konseling individu adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien.<sup>2</sup>

Konseling individu adalah kunci semua kegiatan bimbingan dan konseling. Karena jika menguasai teknik konseling individual berarti akan mudah menjalankan proses konseling yang lain. Proses konseling individu berpengaruh besar

---

<sup>1</sup> Hellen, *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Quantum Teaching, 2005), h. 84.

<sup>2</sup> Prayitno Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1994), h. 105.

terhadap peningkatan klien karena pada konseling individu konselor berusaha meningkatkan sikap siswa dengan cara berinteraksi selama jangka waktu tertentu dengan cara bertatap muka secara langsung untuk menghasilkan peningkatan-peningkatan pada diri klien, baik cara berpikir, berperasaan, sikap, dan perilaku.<sup>3</sup>

Menurut Prayetno dan Erman Amti konseling individu adalah pelayanan khusus dalam hubungan langsung tatap muka antara konselor dan klien. Dalam hubungan itu dicermati dan diupayakan pengentasan masalahnya, semampu dengan kekuatan klien itu sendiri. Dalam kaitan itu, konseling dianggap sebagai upaya layanan yang paling utama dalam pelaksanaan fungsi pengentasan masalah klien. Bahkan dikatakan bahwa konseling merupakan “jantung hatinya” pelayanan bimbingan secara menyeluruh. Apabila layanan konseling telah memberikan jasanya, maka masalah klien akan teratasi secara efektif dan

---

<sup>3</sup> Holipah, *The Using Of Ondividual Counseling Service To Improve Student's Learning Atitude And Habit At The Secound Grade Student Of SMP PGRI 6 Bandar Lampung*, ( Journal Counseling, 2011), <http://journal.unila.ac.id/index.php.counseling>. Diakses pada 25 November 2019.

upaya-upaya bimbingan lainnya tinggal mengikuti atau berperan sebagai pendamping.<sup>4</sup>

Menurut Tolbert yang dikutip oleh Syamsu Yusuf mengatakan bahwa konseling individual adalah sebagai hubungan tatap muka antara konselor dengan klien, dimana konselor sebagai seseorang yang memiliki kompetensi khusus memberikan suatu situasi belajar kepada klien sebagai seseorang yang normal, klien dibantu untuk mengetahui dirinya, situasi yang dihadapi dan masa depan sehingga klien dapat menggunakan potensinya untuk mencapai kebahagiaan pribadi maupun sosial, dan lebih lanjut klien dapat belajar tentang bagaimana memecahkan masalah dan memenuhi kebutuhan di masa depan.<sup>5</sup>

Sedangkan menurut Alfred Adler menjelaskan bahwa konseling individual memandang bahwa setiap manusia pada dasarnya mempunyai perasaan rendah diri (*inferiority*), yaitu perasaan lemah dan tidak berdaya yang timbul sebagai pengalaman dalam interaksinya dengan orang dewasa atau

---

<sup>4</sup> Prayitno Dan Erman Amtim, Dasar-dasar Bimbingan....., h. 288-289.

<sup>5</sup> Syamsu Yusuf, *Konseling Individul (Konsep Dasar dan Pendekatan)*, (Bandung: Refika Aditama, 2016), h. 49.

lingkungannya. Perasaan tersebut dapat bersumber kepada perbedaan-perbedaan kondisi fisik, psikologis, maupun sosial. Namun justru kelemahan-kelemahan ini yang membuat manusia lebih unggul dari makhluk-makhluk lainnya, karena mendorong manusia untuk memperoleh kekuatan, kekuasaan, kebebasan, keunggulan dan kesempurnaan atau rasa superioritas melalui upaya-upaya kompensasi. Perkembangan perilaku dan pribadi manusia selalu digerakkan dari kondisi serba kekurangan (*inferiority*) kearah kelebihan (*superiority*). Namun demikian konsep superioritas ini tidak berarti harus lebih kuat atau lebih pintar dari orang lain, tetapi lebih kepada superior dalam dirinya sendiri.<sup>6</sup>

Dari beberapa pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa konseling individu merupakan suatu layanan konseling yang diselenggarakan oleh konselor terhadap konseli untuk mengentaskan suatu masalah yang dihadapi konseli. Jadi konseling individu adalah proses pemberian bantuan yang mana konseli bertemu dengan konselor secara langsung (*face to face*)

---

<sup>6</sup> Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2005), h. 89.

dan didalamnya terjadi interaksi. Hubungan konseling bersifat pribadi yang menjadikan konseli nyaman dan terbuka untuk mengungkapkan permasalahan yang terjadi.

### 1. Tujuan Konseling Individual

Menurut Mowrer, konseling mengatasi orang yang mengalami kecemasan normal.<sup>7</sup> Tujuan konseling adalah agar klien mencapai kehidupan berdaya guna untuk keluarga, masyarakat dan bangsanya. Hal lain yang penting daripada tujuan konseling adalah meningkatkan keimanan dan ketaqwaan klien. Sehingga klien menjadi manusia yang seimbang antara pengembangan intelektual, sosial, emosional dan moral religius.<sup>8</sup>

Tujuan umum konseling individu adalah membantu klien menstrukturkan kembali masalahnya dan menyadari *life style* serta mengurangi penilaian negatif terhadap dirinya sendiri serta perasaan-perasaan inferioritasnya. Tujuan konseling individual adalah membantu tumbuh kembang mereka. Hakikatnya pengembangan adalah perubahan, baik perubahan tingkah laku

---

<sup>7</sup> Ulfiah, *Psikologi Konseling Teori dan Implementasi*, (Jakarta: Kencana, 2020), h. 14.

<sup>8</sup> Abu Bakar M. Luddin, *Dasar-Dasar Konseling*, (Bandung: Citapustaka Media Perintis, 2010), h. 174.

terutama perubahan kognisi maupun perubahan afeksi. Salah satu cara membantu pertumbuhan dan perkembangan (perubahan diri klien) melalui bantuan pemecahan masalah mereka. Selama proses konseling berjalan, klien didapkan dengan pengalaman, meningkatkan keterampilan yang dimiliki dalam upaya memecahkan masalah oleh diri mereka sendiri.<sup>9</sup>

Adapun tujuan lain dari konseling individual adalah:

- a. Bimbingan dalam rangka menemukan pribadi, dimaksudkan agar peserta didik mengenal kekuatan dan melemahkan dirinya sendiri serta menerimanya secara positif dan dinamis sebagai modal pengembangan diri lebih lanjut.
- b. Bimbingan dalam rangka mengenal lingkungan dimaksudkan agar peserta mengenal lingkungannya secara obyektif, baik lingkungan sosial, ekonomi, dan lingkungan budaya yang sangat dengan nilai-nilai dan norma-norma.

---

<sup>9</sup> Kusno Effendi, *Proses dan Keterampilan Konseling*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2016), h. 17.

- c. Bimbingan dalam rangka merencanakan masa depan dimaksudkan agar peserta didik mampu mempertimbangkan dan mengambil keputusan tentang masa depan dirinya.<sup>10</sup>

## 2. Fungsi Konseling Individu

Layanan konseling mempunyai beberapa fungsi, yaitu:

### a. Fungsi Pemahaman

Fungsi pemahaman yaitu fungsi bimbingan dan konseling membantu konseli agar memiliki pemahaman terhadap dirinya (potensinya) dan lingkungannya (pendidikan, pekerjaan, dan norma agama). Berdasarkan pemahaman ini, konseli diharapkan mampu mengembangkan potensi dirinya secara optimal, dan menyesuaikan dirinya dengan lingkungan secara dinamis dan konstruktif.

### b. Fungsi Pencegahan (Preventif)

Fungsi pencegahan (preventif) yang dimaksud yaitu fungsi yang berkaitan dengan upaya konselor untuk mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi

---

<sup>10</sup> Hallen A, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Ciputat: PT Ciputat Press, 2005), h. 53-55.

dan berupaya untuk pencegahannya, supaya tidak dialami oleh konseli. Melalui fungsi ini, konselor memberikan bimbingan kepada konseli tentang cara menghindarkan diri dari perbuatan atau kegiatan yang membahagiakan dirinya. Adapun teknik yang digunakan adalah pelayanan orientasi, informasi dan bimbingan kelompok.

c. Fungsi Perbaikan

Fungsi perbaikan yaitu untuk membantu konseli sehingga dapat memperbaiki kekeliruan dalam berpikir, berperasaan dan bertindak (berkehendaki). Konselor melakukan intervensi (memberikan perlakuan) terhadap konseli supaya memiliki pola berpikir yang sehat, rasional dan memiliki perasaan yang tepat sehingga dapat mengantarkan mereka kepada tindakan atau kehendak yang produktif dan normatif.

d. Fungsi Pengembangan dan Pemeliharaan

Fungsi bimbingan dan konseling yang menghasilkan terpeliharanya dan berkembangannya berbagai potensi



dan kondisi positif peserta didik dalam rangka perkembangan dirinya secara mantap dan berkelanjutan.<sup>11</sup>

### 3. Asas-asas Konseling Individu

Asas-asas konseling memperlancar pengembangan proses yang ada di dalam layanan konseling individu. Konselor memasuki pribadi klien dan klien memasuki pribadinya. Proses layanan konseling dikembangkan sejalan dengan suasana yang demikian, sambil di dalamnya dibangun kemampuan khusus klien untuk keperluan kehidupannya. Ada beberapa asas-asas di dalam konseling di antaranya sebagai berikut:

#### a. Kerahasiaan

Hubungan interpersonal yang amat intens sanggup membongkar berbagai isi pribadi yang paling dalam sekalipun, terutama pada sisi klien. Segenap rahasia pribadi klien yang terbongkar menjadi tanggung jawab penuh konselor untuk melindunginya. Keyakinan klien

---

<sup>11</sup> Rukaya, *Aku Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta:Guepedia, 2019), h. 16-18.

akan adanya perlindungan yang demikian itu menjadi jaminan untuk suksesnya pelayanan.

b. Kesukarelaan

Dalam pelayanan konseling, seorang klien secara suka rela tanpa ragu meminta bantuan kepada konselor. Klien adalah individu yang membutuhkan konseling tanpa adanya paksaan dari pihak lain. Jadi sebagai konselor harus memberikan bantuan dengan ikhlas tanpa memaksa klien dalam proses konseling.

c. Keterbukaan

Keterbukaan artinya adanya perilaku yang terus terang, jujur tanpa ada keraguan untuk membuka diri baik pihak klien maupun konselor. Asas keterbukaan hanya bisa diwujudkan jika konselor dapat melaksanakan asas kerahasiaan dan klien percaya bahwa konseling bersifat rahasia.

d. Kekinian

Masalah klien yang langsung dibahas dalam konseling adalah masalah-masalah yang sedang

dirasakan/dialami sekarang, bukan masalah lampau, dan juga bukan masalah yang mungkin akan dialami di masa mendatang.

e. Kemandirian

Pelayanan konseling bertujuan menjadikan klien memiliki kemampuan untuk menghadapi dan memecahkan masalahnya sendiri, sehingga ia dapat mandiri, tidak tergantung pada orang lain ataupun konselor. Kemandirian konseling sebagai hasil konseling menjadi fokus dari pelayanan konseling yang harus disadari baik oleh konselor maupun klien, dengan demikian pelayanan konseling dapat memberikan kontribusi nyata dalam kehidupan klien di masyarakat.

f. Kegiatan

Kegiatan adalah seperangkat aktivitas yang harus dilakukan klien untuk mencapai tujuan konseling. Aktivitas itu dibangun klien bersama konselor dalam proses konseling, dengan demikian pada diri konseli dapat mengalami kemajuan-kemajuan yang berarti sesuai dengan harapan.

g. Kedinamisan

Usaha pelayanan konseling menghendaki terjadinya perubahan pada diri klien, yaitu perubahan perilaku ke arah yang lebih baik. Perubahan perilaku itu bersifat maju (*progressive*) bukan perubahan kearah kemunduran dengan demikian klien akan mengalami perubahan ke arah perkembangan pribadi yang dihendeki.

h. Keterpaduan

Layanan konseling berusaha memadukan aspek kepribadian klien, supaya mampu melakukan perubahan ke arah lebih maju. Keterpaduan antara minat, bakat, intelegensi, emosi, dan aspek kepribadian lainnya akan dapat melahirkan suatu kekuatan (potensi) pada diri klien.

i. Kenormatifan

Dalam layanan konseling individu adalah normatif, sebab tidak ada satupun yang boleh terlepas dari kaidah-kaidah norma yang berlaku, baik norma agama, adat, hukum, ilmu, dan kebiasaan harus serasi dengan norma- norma yang berlaku.

j. Keahlian

Konselor haruslah seorang yang ahli dan professional dalam pengembangan konseling individu untuk kepentingan klien. Keahlian konselor itu diterapkan dalam suasana yang sukarela, terbuka dan aktif agar klien mampu mengambil keputusan sendiri dalam kondisi kenormatifan yang tinggi.

k. Alih Tangan Kasus

Tidak semua masalah yang dialami konseli menjadi wewenang konselor. Artinya konselor memiliki keterbatasan kewenangan, bila klien mengalami masalah emosi yang berat seperti stress berat, sakit jiwa, maka kasus ini di luar kewenangan konselor dan harus dialih tangankan kepada pihak lain, misalnya klien mengalami gangguan kepribadian berat maka menjadi wewenang psikiater, gangguan fisik (medis) maka menjadi wewenang dokter, dan sebagainya.

l. Tut Wuri Handayani

Asas ini memberikan makna bahwa layanan konseling merupakan bentuk pengaruh konselor kepada klien dalam

arti positif, dan konselor juga mempengaruhi klien untuk dapat memahami dirinya, lingkungannya, serta menggunakan lingkungan sebagai aspek yang dapat berperan aktif dalam upaya mencapai tingkat perkembangan optimal.

m. Asas Kesatuan Jasmani-Rohaniah

Bimbingan dan konseling islam memperlakukan kliennya sebagai makhluk jasmaniah-rohaniah, tidak memandangnya sebagai makhluk biologis semata, atau makhluk rohaniah semata. Bimbingan dan konseling islam dilakukan untuk membantu agar klien atau konseli mendapatkan keseimbangan, keselarasan jasmaniah dan rohaniannya.

n. Asas bimbingan Seumur Hidup (*long life guidance*)

Sejak manusia dilahirkan sampai suatu saat nanti manusia meninggal, selama rentang kehidupan tersebut individu akan mengalami berbagai macam dan berganti-ganti permasalahan. Permasalahan yang timbul sesuai dengan tugas perkembangan yang dialaminya. Contoh, masa

kanak-kanak, individu akan mengalami masalah dengan dirinya (kesulitan membaca, menulis, berhitung, dsb). Masa remaja individu akan mengalami masalah tentang memilih jalur pendidikan, pekerjaan, memilih jodoh, dsb.<sup>12</sup>

Dari uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa asas-asas konseling sangat diperlukan dalam menyelenggarakan pelayanan konseling, dan asas-asas juga dianggap sebagai suatu rambu-rambu dalam pelaksanaan konseling yang harus diketahui dan diterapkan oleh konselor dan klien agar konseling dapat berjalan dengan baik.

#### 4. Teknik-teknik konseling

Banyak teknik konseling yang diajarkan kepada mahasiswa atau calon konselor, berikut ini akan dijelaskan masing-masing.

---

<sup>12</sup> Agus Sukirno, *Pengantar Bimbingan & Konseling*, (Banten: A-Empati, 2017), h. 59-66.

a. Perilaku *attending*

Disebut juga perilaku menghampiri klien yang mencakup komponen kontak mata, bahasa badan, dan bahasa lisan. Perilaku *attending* yang baik adalah merupakan kombinasi ketiga komponen tersebut sehingga akan mempermudah konselor untuk membuat klien terlibat berbicara dan terbuka.

b. Empati

Empati ialah kemampuan konselor untuk dapat merasakan dan menempatkan dirinya di posisi klien. Ada beberapa hal yang harus dilakukan oleh konselor sebelum merespon pernyataan klien. Pertama konselor harus memerhatikan postur klien dan ekspresi wajahnya. Konselor harus mendengarkan hati-hati apa yang dikatakan oleh klien . dan yang lebih penting adalah konselor harus dapat memahami perasaan yang diekspresikan oleh klien.

Contoh: Klien : saya merasa sedih sekali karena setiap pria yang menikahi saya selalu memutuskan untuk menceraikan saya.



Konselor : ehmmm...saya dapat memahami perasaan anda saat ini...

c. Refleksi

Refleksi merupakan upaya konselor untuk memperoleh informasi lebih mendalam tentang apa yang dirasakan oleh klien dengan cara memantulkan kembali perasaan, pikiran dan pengalaman klien.

Ciri-ciri respons refleksi adalah: Tidak menilai (nonjudgemental) Refleksi akurat dari apa yang dialami oleh pihak yang lain Ringkas 3 Jenis refleksi:

1) Refleksi perasaan: mencerminkan kembali perasaan yang disampaikan oleh klien Contoh:

Klien : saya begitu yakin akan menamatkan sekolah pada usia sekrang. Tetapi saya gagal menyelesaikannya. Saya merasa bodoh.

Konselor : Jadi, kegagalan itulah yang menyebabkan anda merasa bodoh?

2) Refleksi Pengalaman

Refleksi pengalaman yaitu keterampilan konselor untuk memantulkan pengalaman-pengalaman klien

sebagai hasil pengamatan perilaku verbal dan nonverbal klien.

Contoh: Klien: Ibu saya terus menerus bertanya tentang kehidupan saya. Saya tidak ingin dia melakukan hal itu.

Konselor: anda merasa jengkel karena dia tidak merespek privasi anda.

### 3) Refleksi Pikiran

Refleksi perasaan yaitu keterampilan konselor untuk memantulkan ide, pikiran, pendapat klien sebagai hasil pengamatan terhadap perilaku verbal dan non verbal klien.

Contoh: “tema yang selalu anda ulangi seperti adalah...” “Marilah kita melakukan rekapitulasi dari apa yang sudah kita bicarakan sejauh ini...”

“ Saya memikirkan apa yang anda katakan. Saya melihat suatu pola dan saya ingin mengeceknya. Anda...”

#### d. Eksplorasi

Eksplorasi ialah keterampilan konselor untuk menggali perasaan, pengalaman, dan pikiran klien. Teknik eksplorasi memungkinkan klien untuk bebas berbicara tanpa rasa takut, tertekan dan terancam. Ada 3 jenis eksplorasi:

- 1) Eksplorasi perasaan: keterampilan untuk menggali perasaan klien yang tersimpan. Konselor dapat menggunakan kalimat-kalimat berikut untuk memulai keterampilan eksplorasi perasaan.

Contoh: Bisakah saudara menjelaskan bagaimana perasaan bingung yang anda maksudkan? Saya kira, rasa sedih anda begitu dalam pada peristiwa tersebut. Dapatkan anda kemukakan perasaan anda lebih jauh?.

- 2) Eksplorasi pengalaman: keterampilan konselor untuk menggali pengalaman yang dialami klien Contoh: “saya terkesan dengan pengalaman yang anda lalui. Namun saya ingin memahami lebih jauh tentang

pengalaman tersebut dan pengaruhnya terhadap pendidikan anda”.

- 3) Eksplorasi pikiran: keterampilan konselor untuk menggali ide, pikiran, dan pendapat klien. Contoh: “  
Saya yakin anda dapat menjelaskan lebih jauh tentang apa pendapat anda tentang hadirnya ibu tiri dalam rumah anda” “Saya kira, pendapat anda mengenai hal itu sangat baik sekali, dapatkah anda menguraikannya lebih lanjut”.

e. Menangkap Pesan Utama (Paraphrasing)

Adakalanya klien mengalami kesulitan untuk menyampaikan permasalahannya secara jelas dan terus terang kepada konselor. Untuk itulah diperlukan kemampuan konselor untuk dapat menangkap pesan utama yang disampaikan oleh klien. Hal ini sangat penting dan diperlukan karena terkadang klien mengemukakan perasaan, pikiran dan pengalamannya secara berbelit-belit, berputar-putar, atau terlalu panjang. Intinya adalah konselor dapat menyampaikan kembali inti

pernyataan klien secara lebih sederhana. Pada dasarnya, ada empat tujuan utama dari teknik paraphrasing yaitu: Untuk mengatakan kembali kepada klien bahwa konselor bersama dia, dan berusaha untuk memahami apa yang dikatakan klien Mengendapkan apa yang dikemukakan klien secara lebih ringkas Memberikan arah wawancara konseling Pengecekan kembali persepsi konselor tentang apa yang dikemukakan klien Contoh: “adakah yang anda maksudkan adalah...” “nampaknya yang anda katakan adalah...”

f. Bertanya untuk membuka percakapan (open question)

Pertanyaan-pertanyaan terbuka (open question) sangat diperlukan untuk memunculkan pernyataan-pernyataan baru dari klien. Untuk memulai bertanya sebaiknya jangan menggunakan kata “mengapa” dan “apa sebabnya”. Sebaiknya gunakanlah kata-kata berikut untuk mengalami pertanyaan: apakah, bagaimanakah, adakah, bolehkah, atau dapatkah. Contoh: bagaimana perasaan ibu ketika melihat dia benar-benar kecanduan obat terlarang itu?

“usaha apa yang telah ibu lakukan untuk mengatasi ketergantungan pada obat terlarang itu?”.

g. Bertanya Tertutup (close question)

Pertanyaan tertutup adalah bentuk-bentuk pertanyaan yang sering dijawab dengan singkat oleh klien, seperti “ya” atau “tidak”. Adapun tujuannya adalah: (1). Untuk mengumpulkan informasi (2) untuk menjernihkan atau memperjelas sesuatu, dan (3) menghentikan omongan klien yang melantur atau menyimpang jauh.

h. Dorongan Minimal (Minimal Encouragement)

Upaya utama seorang konselor adalah agar kliennya selalu terlibat dalam pembicaraan dan membuka dirinya (self-disclosing) pada konselor. Dorongan ini diucapkan dengan kata-kata singkat seperti oh...ya..terus...lalu...dan... tujuannya adalah membuat klien semakin semangat untuk menyampaikan masalahnya dan mengarahkan pembicaraan agar mencapai sasaran dan tujuan konseling. Contoh: Klien :

“saya kehilangan segalanya. Orangtuaku...huhuhu...”

Konselor : “terus...”

i. Interpretasi

Dalam interpretasi, seorang konselor harus menggunakan teori-teori konseling dan menyesuaikannya dengan permasalahan klien. Hal ini dilakukan untuk menghindari adanya subjektivitas dalam hubungan konseling. Adapun tujuan utama teknik ini adalah untuk memberikan rujukan dan pandangan atas perilaku klien agar klien mengerti dan berubah melalui pemahaman dan hasil rujukan baru tersebut.

Contoh: Klien : saya pikir lebih baik saya mati saja, tidak ada gunanya lagi saya hidup, semua orang mengucilkan saya.

Konselor : hidup ini membutuhkan keberanian kita untuk menjalaninya. Kalau anda berpikir anda telah dikucilkan oleh semua orang, itu tidak benar. Anda sendirilah yang membuat anda terkucil melalui pemikiran anda yang seperti itu. Jika saja anda berani menghadapi kenyataan

bahwa anda menyesal atas perbuatan anda, dan anda yakin anda ingin berubah lebih baik, inilah saatnya anda membuktikannya pada semua orang. Bukankah begitu?.

j. Mengarahkan (Directing)

Konselor harus memiliki kemampuan ini agar dapat mengajak klien berpartisipasi secara penuh dalam proses konseling. Inti dari tujuan tersebut adalah agar klien bersedia melakukan sesuatu, misalnya menyuruh klien untuk bermain peran dengan konselor, atau mengkhayalkan sesuatu.

Contoh: Klien : “suami saya sering mengucapkan kata-kata kasar dan kotor pada saya. Itu membuat saya tersakiti”

Konselor : “bisakah anda memperagakannya di hadapan saya bagaimana cara suami anda ketika dia memarahi anda”.

k. Menyimpulkan sementara (Summarizing)

Hasil percakapan antara konselor dan klien hendaknya disimpulkan sementara oleh konselor untuk memberikan



gambaran kilas balik (feedback) atas hal-hal yang telah dibicarakan sehingga klien dapat menyimpulkan kemajuan hasil pembicaraan secara bertahap, meningkatkan kualitas diskusi, dan mempertajam atau memperjelas focus pada wawancara konseling. Contoh: Konselor: “setelah kita berdiskusi beberapa waktu, alangkah baiknya jika kita simpulkan dahulu agar jelas hasil pembicaraannya yang telah kita lalui. Dari materi pembicaraan yang kita diskusikan, kita sudah sampai kepada dua hal: pertama, tekad anda untuk bekerja sambil kuliah makin jelas; kedua, namun hambatan yang akan anda hadapi, seperti yang anda kemukakan tadi, ada beberapa yaitu: sikap orangtua yang menginginkan anda segera menyelesaikan studi, dan waktu bekerja yang penuh sebagaimana dituntut oleh perusahaan yang akan anda masuki. Benarkah demikian?

1. Memimpin (Leading)

Memimpin adalah keterampilan konselor dalam memimpin percakapan agar tidak menyimpang dari

permasalahan sehingga tujuan konseling yang utama dapat tercapai sesuai sarannya.

Contoh: Klien: “saya memang tidak lagi menyukainya. Itu mungkin salah...tapi bagaimana bila saya bekerja di tempat yang jauh? Yah...walaupun sebenarnya saya jugai ingin menikah dalam waktu dekat”

Konselor: “bagaimana kalau kita membicarakannya satu persatu dahulu. Tadi anda katakan bahwa anda tidak lagi mencintainya. Mengapa anda tidak menyintainya lagi?”

m. Fokus

Seorang konselor yang efektif harus mampu membuat fokus melalui perhatiannya yang terseleksi terhadap pembicaraan dengan klien. Fokus membantu klien untuk memusatkan perhatian pada pokok pembicaraan. Ada beberap fokus yang dapat dilakuan seorang konselor yaitu:

- 1) Fokus pada diri klien
- 2) Fokus pada orang lain
- 3) Fokus pada topik

#### 4) Fokus mengenai budaya

##### n. Konfrontasi

Konfrontasi adalah teknik konseling yang menantang klien untuk melihat adanya diskrepansi atau inkonsistensi antara perkataan dan bahasa tubuh, ide awal dengan ide berikutnya, senyum dengan kepedihan dan sebagainya. Tujuan dari teknik adalah: Mendorong klien mengadakan penelitian diri secara jujur Meningkatkan potensi klien Membawa klien kepada kesadaran adanya diskrepansi, konflik atau kontradiksi dalam diri Pemberian komentar harus konsisten dan tepat waktu, tidak menyalahkan atau menghakimi, dilakukan dengan attending dan empati.

Contoh: Klien: sebenarnya dia tidak menyakiti saya (wajah murung, tangan digenggam, ekspresi sedih).

Konselor: anda mengatakan bahwa dia tidak menyakiti anda, tapi mengapa saya melihat wajah anda begitu sedih ketika mengatakan itu?

##### o. Menjernihkan

Ketika klien kurang jelas atau samar-samar dalam menyampaikan permasalahannya, maka tugas konselor

melakukanklarifikasi untuk memperjelas apa yang sebenarnya ingin disampaikan oleh klien. Contoh: Klien: “saya tidak mengerti siapa sebenarnya yang harus saya ikuti? Ayah atau ibu saya?”

Konselor: “ Bisakah anda sampaikan kepada saya, siapakah di antara mereka berdua yang selalu mengambil keputusan dalam keluarga anda”

Contoh: Klien : ” Perubahan yang terjadi dalam kehidupan dari lajang ke menikah terkadang membuat saya bingung. Saya tidak mengerti siapa yang menjadi pemimpin di rumah itu.” (klien wanita pencari nafkah tunggal).

Konselor : ”Bisakah Anda menjelaskan persoalan pokoknya ? Misalnya pembagian tugas antara anda dan suami anda?.”

p. Memudahkan (Facilitating)

Suatu keterampilan membuka komunikasi agar klien dengan mudah berbicara dengan konselor danm enyatakan perasaan, pikiran, dan pengalamannya secara bebas.

Sehingga komunikasi dan partisipasi meningkat dan proses konseling berjalan efektif.

Klien: “saya yakin anda akan berbicara apa adanya, karena saya akan mendengarkan dengan sebaik-baiknya”.

q. Diam

Alasan konselor melakukan ini dapat dikarenakan konselor yang menunggu klien berpikir, perilaku attending dan empati. Diam itu bukan berarti tidak ada komunikasi akan tetapi komunikasi non-verbal. Yang ideal, diam lebih kurang 5-10 detik dan selebihnya dapat diganti dengan dorongan minimal.

r. Mengambil inisiatif

Konselor juga harus dapat mengambil inisiatif apabila klien kurang bersemangat untuk berbicara, sering diam, dan kurang partisipatif. Konselor mengucapkan kata-kata yang mengajak klien untuk berinisiatif dalam menuntaskan diskusi. Selain itu, inisiatif juga diperlukan apabila klien kehilangan arah pembicaraannya.

Contoh: Bukankah sebelumnya anda mengatakan ingin segera menyelesaikan masalah anda. Tetapi mengapa sekarang anda lebih banyak diam...apa yang menjadi...?

s. Memberi Nasehat

Pemberian nasehat sebaiknya diberikan jika klien memintanya. Walau demikian, konselor tetap harus mempertimbangkannya, apakah pantas untuk member nasihat atau tidak.

Contoh: seperti yang kita ketahui, anda adalah orang yang paling mengetahui bagaimana bersikap lebih baik kepada suami anda sendiri. Apakah anda merasa saya pantas untuk memberikan pandangan kepada anda?"

t. Memberikan Informasi

Dalam hal informasi yang diminta klien, sama halnya dengan pemberian nasihat. Jika konselor tidak memiliki informasi sebaiknya dengan jujur katakan bahwa konselor tidak mengetahui hal itu. Akan tetapi, jika konselor mengetahui informasi, sebaiknya upayakan agar klien tetap mengusahakannya.

Contoh: Konselor: “sebelumnya saya mohon maaf, kalau anda menanyakan tentang cara pengobatan diabete, saya sama sekali tidak mengetahui obatnya. Bagaimana bila anda menanyakannya langsung kepada dokter anda”.

u. Merencanakan

Tahap perencanaan di sini maksudnya adalah membicarakan kepada klien hal-hal apa yang akan menjadi program atau aksi nyata dari hasil konseling. Tujuannya adalah menjadikan klien produktif setelah mengikuti konseling.

Contoh: “Proses konseling ini telah berakhir, lalu renana apakah yang akan anda lakukan setelah ini...”

v. Menyimpulkan

Bersamaan dengna berakhirnya sesi konseling, maka sebaiknya konselor menyimpulkan hasil pembicaraan secara keseluruhan yang menyangkut tentang pikiran, perasaan klien sebelum dan setelah mengikuti proses konseling. Selain itu bantulah klien untuk memantapkan rencana-rencana yang telah disusunnya.<sup>13</sup>

---

<sup>13</sup> Sofyan S. Willis, *Konseling Individual.....*, h. 160-172.

## **B. Remaja**

### 1. Remaja

Kata “remaja” berasal dari bahasa latin yaitu *adolescene* yang berarti *to grow maturity*. Menurut Papalia dan Olds, masa remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang pada umumnya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia akhir belasan tahun atau awal dua puluhan tahun.

Menurut Adams dan Gullota, masa remaja meliputi usia antara 11 hingga 20 tahun. Adapun Hurlock, membagi masa remaja menjadi masa remaja awal (13 hingga 16 atau 17 tahun) dan masa remaja akhir dibedakan oleh Hurlock karena pada masa remaja akhir individu telah mencapai transisi perkembangan yang lebih mendekati masa dewasa.

Transisi perkembangan pada masa remaja berarti sebagian perkembangan masa kanak-kanan masih dialami namun sebagian kematangan masa dewasa sudah dicapai. Bagian dari masa kanak-kanan itu antara lain proses pertumbuhan biologis misalnya tinggi badan masih terus



bertambah. Adapun bagian dari masa dewasa antara lain proses kematangan semua organ tubuh termasuk fungsi reproduksi dan kematangan kognitif yang ditandai dengan mampu berpikir secara abstrak.<sup>14</sup>

## 2. Perkembangan Fisik

Masa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak ke dewasa, bukan hanya dalam artian psikologis tetapi juga fisik. Bahkan perubahan-perubahan fisik yang terjadi itulah yang merupakan gejala primer dalam pertumbuhan remaja, sedangkan perubahan-perubahan psikologis muncul antara lain sebagai akibat dari perubahan-perubahan fisik itu.

Diantara perubahan-perubahan fisik itu, yang terbesar pengaruhnya pada perkembangan jiwa remaja adalah pertumbuhan tubuh (badan menjadi makin panjang dan tinggi), mulai berfungsinya alat-alat reproduksi (ditandai dengan haid pada wanita dan mimpi basah pada laki-laki) dan tanda-tanda seksual sekunder yang tumbuh.

---

<sup>14</sup> Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, cet. Pertama, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2011), h. 219-220.

Perubahan-perubahan fisik itu, menyebabkan kecanggungan bagi remaja karena ia harus menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya itu. Perubahan badan yang mencolok misalnya, atau pembesaran payudara yang cepat, membuat remaja merasa tersisih dari teman-temannya. Demikian pula dalam menghadapi haid dan ejakulasi yang pertama, anak-anak yang remaja itu perlu mengadakan penyesuaian –penyesuaian tingkah laku yang tidak selalu bisa dilakukannya dengan mulus, terutama jika tidak ada dukungan dari orang tua.<sup>15</sup>

### 3. Perkembangan Psikologis Remaja

Remaja adalah masa transisi dari periode anak ke dewasa. Namun, apakah kedewasaan itu? Secara psikologis, kedewasaan tentu bukan hanya tercapainya usia tertentu seperti misalnya dalam ilmu hukum. Secara psikologis kedewasaan adalah keadaan dimana sudah ada ciri-ciri psikologis tertentu pada seseorang.

Ciri-ciri psikologis itu menurut G.W. Allport adalah:

---

<sup>15</sup> Sarlito W Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2015), h. 62-64.

- a. Pemekaran diri sendiri (*extension of the self*), yang ditandai dengan kemampuan seorang untuk menganggap orang atau hal lain sebagai bagian dari dirinya. Perasaan egoisme berkurang, sebaliknya tumbuh perasaan ikut memiliki. Salah satu tanda yang khas adalah tumbuhnya kemampuan untuk mencintai orang lain dan alam sekitarnya.
- b. Kemampuan untuk melihat diri sendiri secara objektif (*self objectivication*) yang ditandai dengan kemampuan untuk mempunyai wawasan tentang diri sendiri untuk menangkap humor termasuk yang menjadikan dirinya sendiri sebagai sasaran.
- c. Memiliki falsafah hidup tertentu (*unifying philosophy of life*). Hal ini dapat dilakukan tanpa perlu merumuskannya dan mengucapkannya dalam kata-kata. Orang yang sudah dewasa tahu dengan tepat tempatnya dalam kerangka susunan objek-objek lain dan manusia-manusia lain di dunia ini.<sup>16</sup>

---

<sup>16</sup> Sarlito W Sarwono, *Psikologi Remaja*....., h. 81-82.

#### 4. Perkembangan Peran Sosial

Gejolak emosi remaja dan masalah remaja lain pada umumnya disebabkan antara lain oleh adanya konflik peran sosial. Di satu pihak ia sudah ingin mandiri sebagai orang dewasa, di lain pihak ia masih harus terus mengikuti kemauan orang tua. Rasa ketergantungan pada orang tua di kalangan anak-anak Indonesia lebih besar lagi, karena memang dikehendaki demikian oleh orang tua.

Pola harapan orang tua Indonesia yang rata-rata menekankan agar anak selalu menurut kepada orang tua mungkin adalah dalam rangka agar anak menjadi orang seperti yang dicita-citakan oleh orang tua. Di antara yang di cita-citakan oleh orang tua tersebut adalah prestasi sekolah yang tinggi seperti yang sudah diuraikan di muka.

Akan tetapi, mengharapkan prestasi sekolah yang tinggi dengan cara mendidik anak agar menuruti orang tua ternyata adalah tindakan yang kurang tepat, karena menurut penelitian A. Achir dan Ellydar Din, anak-anak yang berprestasi tinggi disekolah justru mendapat latihan untuk

mandiri dan mengurus dirinya sendiri pada usia yang lebih awal.<sup>17</sup>

#### 5. Perkembangan Hubungan Dengan Orang Tua

Perubahan-perubahan fisik, kognitif, dan sosial yang terjadi dalam perkembangan remaja mempunyai pengaruh yang besar terhadap relasi orang tua-remaja. Salah satu ciri yang menonjol dari remaja yang mempengaruhi relasinya dengan orang tua adalah perjuangan untuk memperoleh otonomi, baik secara fisik dan psikologis. Karena remaja meluangkan lebih sedikit waktunya bersama orang tua dan lebih banyak menghabiskan waktu untuk saling berinteraksi dengan dunia yang lebih luas, maka mereka berhadapan dengan bermacam-macam nilai dan ide-ide. Seiring dengan terjadinya perubahan kognitif selama masa remaja, perbedaan ide-ide yang dihadapi sering mendorongnya untuk melakukan pemeriksaan terhadap nilai-nilai dan pelajaran-pelajaran yang berasal dari orang tua. Akibatnya, remaja mulai mempertahankan dan menentang pandangan-pandangan

---

<sup>17</sup> Sarlito W Sarwono, *Psikologi Remaja.....*, h. 101-102.

orang tua serta mengembangkan ide-ide mereka sendiri. Orang tua tidak lagi dipandang sebagai otoritas yang serba tahu.

Dengan demikian, keterikatan dengan orang tua selama masa remaja dapat berfungsi adaptif, yang menyediakan landasan yang kokoh di mana remaja dapat menjelajahi dan menguasai lingkungan-lingkungan baru dan suatu dunia sosial yang luas dengan cara-cara yang sehat secara psikologis. Keterikatan yang kokoh dengan orang tua akan meningkatkan relasi dengan teman sebaya yang lebih kompeten dan hubungan erat yang positif di luar keluarga. Keterikatan yang kokoh dengan orang tua juga dapat menyangga remaja dari kecemasan dan perasaan-perasaan depresi sebagai akibat dari masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa.

Begitu pentingnya faktor keterikatan yang kuat antara orang tua dan remaja dalam menentukan arah perkembangan remaja, maka orang tua senantiasa harus menjaga dan mempertahankan keterikatan ini. Untuk mempertahankan

keterikatan atau kedekatan orang tua dengan anak remaja mereka, orang tua harus membiarkan mereka bebas untuk berkembang. Hanya dengan cara melepaskan mereka suatu kehidupan yang koeksistensi yang penuh kedamaian dan makna antara orang tua dan remaja dapat dicapai.

#### 6. Perkembangan Dengan teman Sebaya

Perkembangan kehidupan sosial remaja juga ditandai dengan gejala meningkatnya pengaruh teman sebaya dalam kehidupan mereka. Sebagian besar waktunya dihabiskan untuk berhubungan atau bergaul dengan teman-teman sebaya mereka. Dalam suatu investigasi, ditemukan bahwa anak berhubungan dengan teman sebaya 10% dari waktunya setiap hari pada usia 2 tahun, 20% pada usia 4 tahun, dan lebih dari 40% pada usia antara 7-11 tahun.

Pada prinsipnya hubungan teman sebaya mempunyai arti yang sangat penting bagi kehidupan remaja. Dalam literatur psikologi perkembangan diketahui satu contoh klasik betapa pentingnya teman sebaya dalam perkembangan sosial remaja. Dua ahli teori yang berpengaruh, yaitu Jean Piaget

dan Harry Stack Sullivan, menekankan bahwa melalui hubungan teman sebaya anak dan remaja belajar tentang hubungan timbal balik yang simetris. Anak mempelajari prinsip-prinsip kejujuran dan keadilan melalui peristiwa pertentangan dengan teman sebaya. Mereka juga mempelajari secara aktif kepentingan-kepentingan dan perspektif teman sebaya dalam rangka memuluskan integrasi dirinya dalam aktivitas teman sebaya yang berkelanjutan.

Studi-studi kontemporer tentang remaja, juga menunjukkan bahwa hubungan yang positif dengan teman sebaya diasosiasikan dengan penyesuaian sosial yang positif. Hartup misalnya mencatat bahwa pengaruh teman sebaya memberikan fungsi-fungsi sosial dan psikologis yang penting bagi remaja. Bahkan dalam studi lain ditemukann bahwa hubungan teman sebaya yang harmonis selama masa remaja, dihubungkan dengan keehatan mental yang positif pada usia setengah baya. Secara lebih rinci, Kelly dan Hansen menyebutkan 6 fungsi positif dari teman sebaya, yaitu:



- a. Mengontrol implus-implus agresif. Melalui interaksi dengan teman sebaya, remaja belajar bagaimana memecahkan pertentangan-pertentangan dengan cara-cara yang lain selain dengan tindakan agresi langsung.
- b. Memperoleh dorongan emosional dan sosial serta menjadi lebih indenpenden. Teman-teman dan kelompok teman sebaya memberikan dorongan bagi rem,aja untuk mengambil peran dan tanggung jawab baru mereka. Dorongan yang diperoleh remaja dari teman-teman sebaya mereka ini akan menyebabkan berkurangnya ketergantungan remaja pada dorongan keluarga mereka.
- c. Meningkatkan keterampilan-keterampilan sosial, mengembangkan kemampuan penalaran, dan belajar untuk mengekspresikan perasaan-perasaan dengan cara-cara yang lebih matang. Melalui percakapan dan perdebatan dengan teman sebaya, remaja belajar mengekspresikan ide-ide dan perasaan-perasaan serta mengembangkan kemampuan mereka memecahkan masalah.

- d. Mengembangkan sikap terhadap seksualitas dan tingkah laku peran jenis kelamin. Sikap-sikap seksual dan tingkah laku peran jenis kelamin. Sikap-sikap seksual dan tingkah laku peran jenis kelamin terutama dibentuk melalui interaksi dengan teman sebaya. Remaja belajar mengenai tingkah laku dan sikap-sikap yang mereka asosiasikan dengan menjadi laki-laki dan perempuan muda.
- e. Memperkuat penyesuaian moral dan nilai-nilai. Umumnya orang dewasa mengajarkan kepada anak-anak mereka tentang apa yang benar dan apa yang salah. Dalam kelompok teman sebaya, remaja mencoba mengambil keputusan atas diri mereka sendiri. Remaja mengevaluasi nilai-nilai yang dimilikinya dan yang dimiliki oleh teman sebayanya, serta memutuskan mana yang benar. Proses mengevaluasi ini dapat membantu remaja yang benar. proses mengevaluasi ini dapat membantu remaja mengembangkan kemampuan penalaran moral mereka.

- f. Meningkatkan harga diri (*self-esteem*). Menjadi orang yang disukai oleh sejumlah besar teman-teman sebayanya membuat remaja merasa enak atau senang tentang dirinya.

Sejumlah ahli teori lain menekankan pengaruh negatif dari teman sebaya terhadap perkembangan anak-anak dan remaja. Bagi sebagian remaja, ditolak atau diabaikan oleh teman sebaya, menyebabkan munculnya perasaan kesepian atau permusuhan. Di samping itu, penolakan oleh teman sebaya dihubungkan dengan kesehatan mental dan problem kejahatan. Sejumlah ahli teori juga telah menjelaskan budaya teman sebaya remaja merupakan suatu bentuk kejahatan yang merusak nilai-nilai dan kontrol orang tua.

Meskipun selama masa remaja kelompok teman sebaya memberikan pengaruh yang besar, namun orang tua tetap memainkan peranan yang penting dalam kehidupan remaja. Hal ini karena antara hubungan dengan orang tua dan hubungan dengan teman sebaya memberikan pemenuhan akan kebutuhan-kebutuhan yang berbeda dalam perkembangan remaja.

### C. *Verbal Abuse*

*Verbal Abuse* atau kekerasan kata-kata adalah semua bentuk tindakan ucapan yang mempunyai sifat menghina, membentak, memaki, dan menakuti dengan mengeluarkan kata-kata yang tidak pantas.

*Verbal abuse* terjadi ketika orang tua meminta anak untuk diam atau jangan menangis. Jika anak mulai bicara, ibu terus menerus menggunakan kekerasan verbal seperti “kamu bodoh”, “kamu cerewet”, “kamu kurang ajar”. Anak akan mengingat itu semua kekerasan verbal jika semua kekerasan verbal itu berlangsung dalam satu periode.<sup>18</sup>

#### 1. Faktor Yang Mempengaruhi Orang Tua Melakukan *Verbal Abuse* Pada Remaja

Anak merupakan amanah dan juga karunia Allah SWT yang benar-benar harus dijaga dan dididik karena dalam anak melekat tanggung jawab orang tua dan hak martabat sebagai insan yang harus dijunjung dan diimplementasikan. Oleh sebab itu, mendidik dan membesarkan anak sesuai dengan

---

<sup>18</sup> Titik Lestari, *Verbal Abuse, Dampak Buruk.....*, h. 17.

norma dan kepentingan terbaik bagi anak merupakan hak anak yang harus diberikan oleh orang tua.

Saat ini, banyak orang tua yang justru melakukan tindak kekerasan *verbal* terhadap remaja. Terdapat beberapa faktor yang menjadikan orang tua melakukan *verbal abuse* terhadap anaknya, yaitu:

- a. Pengetahuan orang tua: biasanya orang tua minim informasi mengenai dampak psikologis terhadap apa yang mereka lakukan dan katakan terhadap anaknya.
- b. Pengalaman: orang tua yang melakukan *verbal abuse* terhadap anak biasanya mereka adalah korban dari kekerasan yang mereka alami. Sebab perlakuan yang dialami oleh anak-anak akan direkam dalam alam bawah sadar kemudian dibawa sampai dewasa. Apa yang setelah mereka lakukan saat dewasa bergantung pada apa yang diterimanya ketika kecil.
- c. Keluarga: karakteristik orang tua dan karakteristik anak juga berperan terhadap adanya *verbal abuse* terhadap anak.

- d. Ekonomi: beban hidup kadang menjadikan orang tua lebih mudah marah dan emosi yang kadang kali diluapkan terhadap anak.
- e. Sosial budaya: hal ini berkaitan dengan norma yang ada di masyarakat, pola hubungan antar manusianya, pendidikan, kesehatan dan sebagainya. Salah satu bentuknya adalah adanya anak berada di hierarndki terbawah dalam pola hubungan dalam keluarga.
- f. Lingkungan: faktor ini juga sangat berdampak pada *verbal abuse* orang tua terhadap anaknya. Hal ini seperti beban dalam merawat anak dan adanya masalah lingkungan yang muncul kadang juga menjadikan orang tua di luar kontrol dan bertindak semena-mena terhadap anak.<sup>19</sup>

## 2. Bentuk *Verbal Abuse*

Tidak sedikit anak mengalami *verbal abuse* dari orang tua yang sering lupa dengan kalimat yang mereka ucapkan pada

---

<sup>19</sup> Moh Usman, “Model *Treatmen* Terhadap Anak Korban *Verbal Abuse* Dalam Keluarga”, *Jurnal Kesehatan dan Keadilan Gender* Vol 15 No. 1 (2020) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, h. 25.

anak sangat berpengaruh pada rasa percaya diri, kesehatan emosional dan kepribadian. Dengan kata lain ada hubungan yang kuat antara kalimat yang dipakai orang tua dengan sikap dan tingkah laku anak kelak. Beberapa kata memang bisa berdampak positif dan juga berdampak negatif. Perlu diketahui, bahasa bisa jadi salah satu sumber kekerasan terhadap anak.

*Verbal abuse* dibagi menjadi beberapa bentuk yaitu:

- a. Tidak sayang dan dingin ini misalnya: menunjukkan sedikit atau tidak sama sekali rasa sayang pada anak (seperti pelukan), kata-kata sayang.
- b. Intimidasi bisa berupa: berteriak, menjerit, mengancam, mengomel, memarahi anak dan menggertak anak.
- c. Mengecilkan atau mempermalukan anak tindakan ini dapat berupa seperti: merendahkan anak, mencela nama, membuat perbedaan negatif antar anak, menyatakan bahwa anak tidak baik, tidak berharga, jelek atau sesuatu didapat dari kesalahan.

- d. Kebiasaan mencela anak tindakan ini bisa dicontohkan seperti: mengatakan semua yang terjadi adalah kesalahan anak.
- e. Tidak mengindahkan atau menolak anak bisa berupa: tidak memperhatikan anak, memberi respon dingin, mengurung dalam kamar gelap. Mengikat anak dikursi untuk waktu lama dan meneror.<sup>20</sup>

### 3. Dampak *Verbal Abuse*

Kekerasan verbal sering kali dianggap remeh, selain karena dampaknya tidak terlihat secara fisik, orang-orang yang melakukannya pun sering kali tidak sadar telah melakukan kekerasan verbal. Padahal, kekerasan verbal dapat menimbulkan dampak buruk yang cukup besar terhadap kesehatan mental dan perkembangan psikologi seseorang. Kekerasan verbal bahkan memiliki dampak yang lebih besar dan buruk dibandingkan dengan kekerasan fisik, karena sifatnya yang tersembunyi dan melukai aspek mental dan

---

<sup>20</sup> Titik Lestari, *Verbal Abuse, Dampak Buruk.....*, h. 17-18.



psikologis seseorang, yang lebih sulit disembuhkan dari pada luka fisik.

Yang lebih menyulitkan lagi adalah, orang yang mengalami kekerasan verbal sering kali tidak menyadari bahwa mereka telah menjadi korban, sehingga mereka merasa bahwa semua hal-hal buruk yang dikatakan terhadap mereka adalah benar, dan merekalah yang salah. Mereka juga mulai percaya bahwa semua hal buruk yang terjadi kepada mereka adalah sepenuhnya karena kesalahan mereka. Ini membuat mereka tumbuh menjadi pribadi dengan kepercayaan diri dan konsep diri rendah.

Dampak lain dari kekerasan verbal adalah terhambatnya perkembangan anak secara sosial dan emosional. Anak-anak yang sering mengalami kekerasan verbal juga dapat tumbuh dengan rasa rendah diri dan konsep diri yang rendah.

Anak-anak yang sering kena marah cenderung akan berfikir bahwa penyebab dia dimarahi adalah karena melakukan kesalahan. Semakin sering anak dimarahi, maka

senakin kuat opini pada diri anak bahwa semua tindakannya adalah salah. Ujung-ujungnya, anak akan kehilangan kepercayaan pada diri sendiri, takut melakukan hal-hal baru.

- a. Depresi. Tekanan mental atau depresi bisa saja dapat terjadi pada anak yang sering sekali dimarahi. Anak akan jadi pemurung, jarang tertawa dan kurang bahagia. Malah, pada beberapa kasus anak akan cenderung pemaarah dan gemar melakukan tindakan kekerasan, baik secara fisik maupun verbal. Hal ini akan terjadi hingga masa dewasanya kelak.
- b. Trauma. Anak juga bisa mengalami trauma jika keseringan kena marah, apa lagi jika kekerasan verbal yang terjadi disertai dengan pemberian julukan (*labelling*) yang kasar atau tidak pantas seperti “anak nakal”, “anak bodoh”, “anak tidak berguna”, “anak kurang ajar” dan julukan-julukan negatif sebagainya. Trauma menyebabkan anak akan kehilangan inisiatif untuk mengatasi setiap permasalahan yang dihadapinya.

- c. Menjadi anak menjadi pasif karena akan selalu memilih lebih baik diam dari pada dimarahi.
- d. Membuat anak malah memberikan respon melawan.<sup>21</sup>

Islam mewajibkan seorang anak untuk selalu berbakti kepada kedua orang tua. Selalu taat akan perintahnya, berbuat baik dan tidak menyakiti hati orang tua. Namun tak hanya anak saja yang harus menjaga perasaan dan hati orang tua, anak juga berhak dijaga perasaannya oleh kedua orang tuanya.

Sering kali banyak orang tua yang memberi label durhaka pada anak lantaran sikap yang menyakiti hati. Padahal, banyak yang tanpa sadar telah memicu anak melakukan hal buruk akibat ucapan orang tua itu sendiri.

Diriwayatkan oleh imam Ibnu Majah dari sahabat Anas bin Malik r.a.

وَقَالَ عَلَيْهِ الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ: { أَكْرِمُوا أَوْلَادَكُمْ وَأَحْسِنُوا  
آدَابَهُمْ.

Nabi saw. bersabda, “Muliakanlah anak-anak kalian dan ajarilah mereka tatakrama”.<sup>22</sup>

---

<sup>21</sup> Titik Lestari, *Verbal Abuse, Dampak Buruk.....*, h. 27-30.

Dari hadist diatas dijelaskan bahwa kewajiban orang tua adalah memberikan pendidikan yang baik untuk anak-anaknya, berkata yang baik-baik tidak membentak apalagi memarahi anak di depan orang banyak dan orang tua berkewajiban mengajarkan anaknya tatakrama.

---

<sup>22</sup> <https://bincangsyariah.com/kalam/hadis-hadis-keutamaan-mendidik-anak/> diakses pada 21 Juli 2021 pukul 13.31.