

BAB IV
PENERAPAN KONSELING INDIVIDUAL PADA
REMAJA YANG MENGALAMI *VERBAL ABUSE*
DALAM KELUARGA

**A. Proses Penerapan Konseling Individual Pada Remaja
Yang Mengalami *Verbal Abuse* Dalam Keluarga**

Peneliti menyadari bahwa *verbal abuse* ini merupakan suatu permasalahan yang cukup berpengaruh besar terhadap proses kognitif, fisiologis terutama pada psikologis atau jiwa seseorang. Maka dari itu peneliti menggunakan beberapa teori dan teknik konseling untuk mengatasi permasalahan dalam *verbal abuse* ini, yaitu dengan menggunakan Konseling Individual Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dari hasil wawancara, peneliti dapat menyatakan bahwa konseling individual ini bisa dijadikan sebagai acuan dalam mengatasi cara berpikir dan mengubah tingkah laku menjadi lebih baik pada remaja yang mengalami *verbal abuse* dalam keluarga. Pada proses konseling peneliti menggunakan konseling individual,

disesuaikan dengan kondisi responden agar proses konseling dapat berlangsung dengan kondusif.

1. Responden AA

AA merupakan responden pertama yang dilakukan proses konseling. Proses konseling dilakukan pada tanggal 6 Maret 2021 di Pulosari, yang diawali dengan membangun hubungan yang baik dan terpercaya antara peneliti dan responden. Kemudian menanyakan kabar dan melakukan perilaku *attending*, serta tidak lupa peneliti tersenyum untuk memberikan suasana yang nyaman agar proses konseling tidak kaku. Selain itu hal tersebut dilakukan agar suasana menjadi lebih santai dan kondusif serta membuat responden merasa dihargai dan dapat menerima kehadiran peneliti dengan baik.

Pada tahap ini peneliti menjelaskan maksud dan tujuan peneliti, selanjutnya peneliti melakukan proses wawancara dengan memberikan beberapa pertanyaan yang sebelumnya telah dipersiapkan oleh peneliti yang meliputi, profil responden, permasalahan yang sedang dialami oleh

responden. Setelah peneliti menanyakan beberapa pertanyaan dan jawaban yang dirasa cukup berdasarkan keadaan responden yang sebenarnya.

Setelah melakukan wawancara dengan beberapa pertanyaan yang telah dijawab oleh responden, peneliti dan responden membuat kesepakatan untuk melakukan proses konseling setiap satu minggu sekali atau menyesuaikan dengan kegiatan responden. Akhirnya peneliti mengakhiri pertemuan pertama ini.

Pertemuan selanjutnya dilakukan pada tanggal 14 Maret 2021 di Pulosari. Pada pertemuan kali ini sebelum memasuki proses konseling seperti biasa peneliti menanyakan kabar terlebih dahulu agar proses konseling berjalan lancar dan nyaman. Seperti biasa melakukan Setelah terjadinya keakraban antara peneliti dengan responden dan tidak lupa juga peneliti menjelaskan sedikitnya mengenai teknik konseling ini kepada responden dan menjelaskan beberapa penjelasan mengenai asas-asas yang ada dalam proses konseling, setelah itu maka proses konseling mulai dilakukan

peneliti meminta kepada responden untuk menjawab beberapa pertanyaan mengenai *verbal abuse* yang dialami klien.

Memasuki tahap selanjutnya yaitu tahap penjelasan masalah, saat ditemui peneliti meminta responden untuk menceritakan sedikit demi sedikit awal permasalahan yang terjadi dan peneliti menemukan beberapa permasalahan antara responden dan ibunya. Namun, setelah responden menceritakan permasalahannya ekspresi wajah responden menjadi raut wajah yang sangat sedih. Namun pemikiran irasional responden lebih menonjol dibandingkan rasionalnya.

Setelah responden menceritakan permasalahan dengan ibunya, peneliti menanyakan kepada responden “bagaimana perasaan kamu ketika mendapatkan kata-kata kasar dari ibu?”. Responden menjawab dengan nada raut wajah yang sedih “sedih kak, masa seorang ibu tega ngatain anaknya dengan sebutan ana bodoh, terus kalo aku tidak menuruti kemauan ibu aku dikatain anak durhaka”. Peneliti menanyakan hal tersebut untuk membantu responden keluar dari permasalahan yang dihadapinya. Peneliti memberikan

beberapa treatment kepada responden. Peneliti mencoba menyadarkan responden bahwa apa yang dia pikirkan adalah pikiran irasional dan responden bisa mengubah pikiran irasionalnya dengan pikiran rasional. Dan peneliti berusaha membimbing dan mencoba memberi motivasi kepada responden agar tidak berfikir negatif tentang dirinya dan orang tuanya.

Pada tahap ini peneliti memberikan tugas kepada responden agar responden agar dapat bersosialisasi dengan lingkungan, menjalin komunikasi yang baik dengan keluarga terutama ibunya. Dan menyarankan kepada responden untuk berwudhu dan membaca do'a sebelum tidur agar responden tidur dengan tenang dan tidak ada pemikiran yang buruk dan pikiran negatif. Peneliti memberikan waktu kepada responden untuk mengevaluasi diri, agar bisa memikirkan dan merasakan terhadap perilaku yang sering dilakukannya.

Pertemuan selanjutnya pada tanggal 25 Maret 2021 di Pulosari, proses konselingpun dilanjutkan. Peneliti menanyakan perkembangan klien responden apakah sudah

ada perubahan atau tidak. Responden menjawab sudah ada sedikit perubahan namun tetap saja pikiran irasional yang selalu mendominasi pikiran responden terhadap ibunya. Menanggapi hal tersebut peneliti memberikan pemahaman kepada responden bahwa hal-hal negatif yang ia pikirkan bermula dari pikiran-pikiran irasionalnya kepada ibunya.

Dalam pertemuan kali ini responden mulai nyaman dan dengan mudah menceritakan seluruh permasalahannya. Responden terlihat semangat untuk mengubah ketidakharmonisannya dengan ibunya. Ia juga berusaha untuk tetap bersikap sabar dan ia juga yakin bahwa ibunya akan mau mendengarkan apa pendapat-pendapatnya. Responden juga sudah lebih berusaha untuk berpikiran positif terhadap ibunya untuk menghindari munculnya pikiran-pikiran irasional.

Setelah beberapa hari, proses konseling dengan responden AA dilanjutkan pada tanggal 3 April 2021 di Pulosari. Dengan wajah yang sudah memancarkan banyak kebahagiaan. Responden bercerita bahwa ia sudah mencoba

memberanikan diri untuk berkomunikasi dengan ibunya, walau awalnya ia merasa takut untuk memulai obrolan, ia menceritakan keluh-kesah yang ia rasakan selama ini dan ibunya pun sudah menyadari bahwa apa yang dilakukannya selama ini tidak membuat anaknya bahagia dan ibu responden juga berusaha untuk tidak melakukan *verbal abuse* kepada anaknya begitupun dengan responden AA yang berjanji untuk berbakti dan menjadi anak yang baik. Keduanya saling membuka pikiran masing-masing terhadap apa yang telah terjadi.

Menanggapi hal tersebut, peneliti sangat bersyukur terhadap apa yang telah terjadi. Banyak perubahan-perubahan dari sebelum dan sesudah proses konseling ini. Walaupun demikian peneliti tetap memberikan saran kepada responden untuk mengontrol emosinya, sehingga tidak ada lagi muncul pemikiran irasional. Peneliti juga menyampaikan agar hal seperti ini terjaga tanpa ada lagi ketidaknyamanan diantara keduanya. Dengan hasil yang telah diberitahukan oleh AA peneliti mengambil kesimpulan bahwa responden AA telah

mampu mengubah pola pikirnya dari irasional menjadi rasional, dan menjadi harmonis lagi dengan ibunya.

2. Responden AR

Dalam pelaksanaan konseling pertemuan pertama dengan responden kedua yaitu pada tanggal 13 Maret 2021 di Pulosari. Seperti sebelumnya pada tahap ini peneliti mencoba menjalin keakraban dengan responden seperti menanyakan bagaimana kabar dan keadaan yang menunjukkan sikap *attending* penuh perhatian pada responden. Hal ini diperlukan agar membantu responden merasa nyaman ketika proses konseling dilakukan. Selain itu hal tersebut dilakukan agar suasana menjadi lebih santai dan kondusif serta membuat responden dihargai dan dapat menerima kehadiran peneliti dengan baik.

Pada tahap ini peneliti menjelaskan maksud dan tujuan peneliti, selanjutnya peneliti melakukan proses wawancara dengan memberikan beberapa pertanyaan yang sebelumnya telah dipersiapkan oleh peneliti yang meliputi, profil responden, permasalahan yang sedang dialami oleh

responden. Setelah peneliti menanyakan beberapa pertanyaan dan jawaban yang dirasa cukup berdasarkan keadaan responden yang sebenarnya.

Setelah melakukan wawancara dengan beberapa pertanyaan yang telah dijawab oleh responden, peneliti dan responden membuat kesepakatan untuk melakukan proses konseling setiap satu minggu sekali atau menyesuaikan dengan kegiatan responden. Akhirnya peneliti mengakhiri pertemuan pertama ini.

Pertemuan selanjutnya yaitu pada tanggal 19 Maret 2021 di Pulosari. Sebelum memasuki proses konseling seperti biasa peneliti menanyakan kabar terlebih dahulu agar proses konseling berjalan lancar dan nyaman. Setelah menjalin keakraban antara peneliti dengan responden, dan tidak lupa juga peneliti menjelaskan sedikitnya mengenai teknik konseling ini kepada responden dan menjelaskan beberapa penjelasan mengenai asas-asas yang ada dalam proses konseling ini.

Selanjutnya tahap penjelasan masalah, peneliti meminta responden untuk menceritakan sedikit demi sedikit awal mula permasalahan yang terjadi dan peneliti menemui beberapa masalah antara responden dan ayahnya. Responden mengeluhkan perkataan ayahnya, penelitipun bertanya kepada responden tentang “bagaimana perasaan kamu ketika ayah kamu berkata kasar?”. Responden menjawab “aku keinget trus kak sama kata-kata ayah”. Penelitipun menanggapi jawaban responden dengan memberikan empati kepada responden.

Menurut responden di umur yang terbilang sudah mendekati dewasa, responden menyukai musyawarah dari pada harus membentak-bentak dan memberikan kekerasan kata-kata dari ayahnya. Hal tersebut tidak membuat jera akan beberapa hal yang sering dia lakukan dan membuat responden sulit tidur.

Menanggapi hal tersebut peneliti menyesali perbuatan ayahnya, peneliti ikut merasakan bagaimana anak usia remaja masih merasakan bentakan dan kekerasan kata-kata dari

ayahnya. Peneliti memberikan arahan kepada responden untuk terus berfikir rasional dan berbakti kepada kedua orang tuanya karena Nabi Muhammad SAW pernah bersabda bahwasannya "ridho Allah SWT terletak pada ridho orang tua, dan murka Allah SWT terletak pada murka orang tua" (HR. Ibnu Hibban dan Hakim).

Pertemuan selanjutnya pada tanggal 27 Maret 2021 di Pulosari. Proses konseling dilanjutkan, peneliti melakukan *attending* guna menciptakan kehangatan untuk responden agar mau menceritakan masalahnya dengan detail. Selain itu peneliti juga melakukan *follow up* tentang perkembangan yang terjadi setelah kemarin melakukan konseling. Responden membuka sesi konseling kali ini dengan keluhan-keluhan yang sama terhadap sikap *verbal abuse* dari ayahnya. Tidak jarang responden sulit untuk mengontrol emosinya yang kadang tidak stabil. Peneliti membantu responden untuk meyakinkan bahwa pikiran dan perasaan negatif dapat dihindari dan diubah menjadi pikiran positif. Responden diminta agar lebih mampu mengendalikan emosinya.

Memberikan pemahaman tentang emosinya yang berdampak pada pikiran irasionalnya. Kemudian terjadilah beberapa perbuatan hal yang negatif, jika responden mampu mengendalikan emosinya maka tingkah lakunya juga akan menjadi lebih baik.

Peneliti menyarankan kepada responden agar ia mengurangi dalam bermain games dan lebih giat lagi dalam belajar, peneliti menyarankan agar responden perbanyak beristigfar dan melakukan sholat 5 waktu untuk menenangkan pikiran yang irasional menjadi rasional. Peneliti juga memberikan saran kepada responden untuk mematuhi ayahnya agar ia tidak lagi mendapatkan *verbal abuse* dari ayahnya.

Pada pertemuan ini responden semakin terlihat lebih semangat untuk berperilaku lebih baik, mampu menceritakan apa yang ia alami dengan leluasa dan sudah mau belajar menghilangkan pikiran irasional terhadap ayahnya. Peneliti juga memotivasi responden untuk menjadi anak yang lebih

baik lagi dan tetap menjadi diri sendiri walaupun ayahnya bersikap demikian.

Setelah beberapa hari proses konseling dengan responden dilanjutkan pada tanggal 6 April 2021 di Pulosari. Setelah beberapa hari diberi waktu untuk mengevaluasi kembali. Peneliti melihat diri responden sudah lebih baik dari sebelumnya, adanya perubahan dalam diri responden. Responden sudah mau belajar dan mau mengerjakan tugas-sekolahnya. Pada kesempatan ini responden membicarakan rencana yang akan ia lakukan nanti. Namun responden memutuskan untuk tidak ingin dulu berkomunikasi dengan ayahnya, responden berpendapat bahwa ia tidak ingin pemikiran negatif tentang ayahnya muncul kembali dan ia juga ingin untuk menenangkan diri.

Menanggapi hal tersebut peneliti mengambil kesimpulan meskipun masih tahap belajar, responden sudah mau untuk tidak lagi berpikiran irasional kepada orang tuanya. Belum adanya kemaksimalan di dalam proses konseling dengan responden AR, karena perubahan yang

dialami oleh responden hanya pada pemikirannya, namun tidak ada perubahan dari tingkah lakunya. Meskipun demikian, peneliti tetap memberikan pengarahan kepada responden untuk berpikiran yang baik-baik terhadap orang tuanya.

3. Responden RVS

Dalam pelaksanaan proses konseling dengan responden ketiga pertemuan pertama proses konseling dilakukan pada tanggal 22 Mei di Pulosari. Seperti sebelumnya pada tahap ini peneliti mencoba menjalin keakraban dengan responden seperti menanyakan bagaimana kabar dan keadaan yang menunjukkan sikap *attending* penuh perhatian pada responden. Hal ini diperlukan agar membantu responden merasa nyaman ketika proses konseling dilakukan. Selain itu hal tersebut dilakukan agar suasana menjadi lebih santai dan kondusif serta membuat responden merasa dihargai dan dapat menerima kehadiran peneliti dengan baik.

Pada tahap ini peneliti menjelaskan maksud dan tujuan peneliti, selanjutnya peneliti melakukan proses

wawancara dengan memberikan beberapa pertanyaan yang sebelumnya telah dipersiapkan oleh peneliti yang meliputi, profil responden, permasalahan yang sedang dialami oleh responden. Setelah peneliti menanyakan beberapa pertanyaan dan jawaban yang dirasa cukup berdasarkan keadaan responden yang sebenarnya.

Setelah melakukan wawancara dengan beberapa pertanyaan yang telah dijawab oleh responden, peneliti dan responden membuat kesepakatan untuk melakukan proses konseling setiap satu minggu sekali atau menyesuaikan dengan kegiatan responden. Akhirnya peneliti mengakhiri pertemuan pertama ini.

Pertemuan selanjutnya yaitu pada tanggal 29 Mei 2021 di Pulosari. Sebelum memasuki proses konseling seperti biasa peneliti menanyakan kabar terlebih dahulu agar proses konseling berjalan lancar dan nyaman. Setelah menjalin keakraban antara peneliti dengan responden, dan tidak lupa juga peneliti menjelaskan sedikitnya mengenai teknik konseling ini kepada responden dan menjelaskan beberapa

penjelasan mengenai asas-asas yang ada dalam proses konseling ini.

Pada pertemuan ini responden tidak banyak cerita, ia hanya mengungkapkan rasa kesal kepada ibunya yang membuat responden sakit hati dari ucapan ibunya. Hal tersebut membuat responden memberikan respon membantah dan melawan. Menanggapi hal tentang permasalahan yang dialami oleh responden, peneliti kemudian bertanya kepada responden “pada saat apa kamu mendapatkan kata-kata kasar dari ibu kamu?”. Responden menjawab “paling kalo aku engga bisa jadi apa yang ibu mau, misal nih kalo nilai ujian aku kecil ibu pasti marah-marah katanya kenapa kaya gitu aja engga bisa, terus kalo aku ngelakuin kesalahan kecil ibu ngebentak aku abis-abisan”. Peneliti menemuka beberapa permasalahan pada responden dan peneliti memberikan rasa empati kepada responden. Peneliti juga memberikan saran kepada responden untuk terus berpikiran positif dan terus berbakti kepada ibunya. Responden didorong untuk membayangkan jika ia berlarut dalam pikiran negatif tentang

ibunya ia akan jatuh sakit, dan jika pikiran itu terus dibayangkan maka responden akan sulit tidur dan menjadi beban tersendiri. Hal ini dilakukan responden mendatangi pikiran irasionalnya dan menggantinya dengan pikiran rasional.

Pertemuan selanjutnya, proses konseling dilanjutkan pada tanggal 5 Juni 2021 di Pulosari. Peneliti memulai dengan menanyakan kabarnya dan perkembangan perilaku ketika pasca konseling kemarin. Sebelum mengetahui lebih jauh permasalahan responden peneliti melakukan *attending* dengan mengajak responden untuk membicarakan hal-hal yang ringan sehingga responden mau lebih terbuka lagi pada pertemuan kali ini. Pada pertemuan kali ini responden kembali berpikiran irasional, sehingga mengakibatkan stres ringan dan ia melakukan hal-hal yang tidak seharusnya ia lakukan.

Menanggapi hal tersebut peneliti memberi pemahaman kepada responden bahwa hal-hal negatif yang ia lakukan bermula dari pikiran-pikiran irasionalnya kepada

ibunya. Tak jarang kami berdebat tentang pikiran-pikiran irasionalnya. Peneliti memberikan tugas kepada responden agar bisa mengatur emosinya dan responden harus belajar berdiskusi dan membangun keharmonisan dengan orang tuanya terutama ibunya.

Setelah beberapa hari dilanjutkan proses konseling pada tanggal 14 Juni 2021 di Pulosari. Pada sesi ini peneliti mencoba lebih banyak mengulas permasalahan dan melakukan *attending* menanyakan perkembangannya. Responden bercerita bahwa ia sudah mencoba untuk berpikir positif tentang dirinya dan ibunya, walau pun masih dalam proses dan responden sudah mulai belajar menghilangkan pikiran irasionalnya menggantinya dengan pikiran rasional. Walau responden masih belum terbiasa tinggal bersama orang tuanya dan masih dalam tahap penyesuaian.

Peneliti memberikan kesimpulan bahwa responden berhasil dalam mengikuti konseling ini walau masih dalam proses, peneliti meminta responden untuk tetap konsisten dengan perilakunya yang sekarang dan menjauhkan pikiran

irasionalnya. Peneliti juga memberika motivasi agar responden lebih mudah lagi dalam mengontrol emosi.

4. Responden UM

Dalam pelaksanaan konseling dengan responden keempat atau yang terakhir dengan pertemuan pertama pada tanggal 30 Mei 2021 di Pulosari. Seperti sebelumnya pada tahap ini peneliti mencoba menjalin keakraban dengan responden seperti menanyakan bagaimana kabar dan keadaan yang menunjukkan sikap *attending* penuh perhatian pada responden. Hal ini diperlukan agar membantu responden merasa nyaman ketika proses konseling dilakukan. Selain itu hal tersebut dilakukan agar suasana menjadi lebih santai dan kondusif serta membuat responden merasa dihargai dan dapat menerima kehadiran peneliti dengan baik.

Pada tahap ini peneliti menjelaskan maksud dan tujuan peneliti, selanjutnya peneliti melakukan proses wawancara dengan memberikan beberapa pertanyaan yang sebelumnya telah dipersiapkan oleh peneliti yang meliputi, profil responden, permasalahan yang sedang dialami oleh

responden. Setelah peneliti menanyakan beberapa pertanyaan dan jawaban yang dirasa cukup berdasarkan keadaan responden yang sebenarnya.

Setelah melakukan wawancara dengan beberapa pertanyaan yang telah dijawab oleh responden, peneliti dan responden membuat kesepakatan untuk melakukan proses konseling setiap satu minggu sekali atau menyesuaikan dengan kegiatan responden. Akhirnya peneliti mengakhiri pertemuan pertama ini.

Pertemuan selanjutnya yaitu pada tanggal 7 Juni 2021 di Pulosari. Seperti sebelumnya pada tahap ini peneliti mencoba menjalin keakraban dengan responden seperti menanyakan bagaimana kabar dan keadaan yang menunjukkan sikap penuh perhatian pada responden. Hal ini diperlukan agar membantu responden merasa nyaman ketika proses konseling dilakukan. Setelah menjalin keakraban antara peneliti dengan responden, dan tidak lupa juga peneliti menjelaskan sedikitnya mengenai teknik konseling ini kepada

responden dan menjelaskan beberapa penjelasan mengenai asas-asas yang ada dalam proses konseling ini.

Setelah itu peneliti mulai menanyakan masalah-masalah yang terjadi pada responden. Responden mengeluhkan bahwa ibunya sering melontarkan kata-kata kasar yang semestinya dikatakan. Peneliti bertanya kepada responden “bagaimana perasaan kamu ketika mendapatkan verbal abuse?”. Responden menjawab “sedih aja gitu kak dimarahi terus dibentak gitu apa lagi dimarahinnya sambil membanding-bandingkan sama anak tetangga”. Tidak jarang responden sering menyalahkan diri sendiri. Setelah responden menceritakan permasalahannya ekspresi wajah responden menjadi raut wajah yang sangat sedih. Namun pemikiran irasional responden lebih menonjol dibandingkan rasionalnya.

Menanggapi hal tersebut peneliti memberikan empati kepada responden. Peneliti juga menyesali perbuatan ibunya, peneliti ikut merasakan bagaimana anak usia remaja masih merasakan bentakan dan kekerasan kata-kata dari ibunya. Peneliti memberikan arahan kepada responden untuk terus

berfikir rasional dan berbakti kepada kedua orang tuanya. Peneliti juga memberi saran kepada responden untuk mencoba mengajak ibunya bercerita dan menjalin keharmonisan.

Pertemuan selanjutnya yaitu dilaksana proses konseling pada tanggal 16 Juni 2021 di Pulosari. Peneliti melakukan keakraban dengan responden dan *follow up*. Responden membuka proses konseling kali dengan keluhan-keluhan yang sama terhadap sikap ibunya. Tetapi menurut responden, ia telah melakukan saran yang diberikan peneliti dengan baik. Ia mencoba untuk mengubah sikap untuk menjadi anak yang baik. Setelah itu responden mencoba mengungkapkan apa yang dirasakannya. Walau kadang pikiran irasionalnya sering muncul tentang ibunya dan membuat responden kepikiran dan susah makan. Peneliti mencoba memberikan pemahaman bahwa pikiran irasionalnya selama ini tidak memiliki dampak yang baik.

Pada pertemuan kali ini responden semakin terlihat lebih semangat untuk berperilaku lebih baik, mampu menceritakan apa yang ia alami secara leluasa dan sudah mau

belajar menghilangkan pikiran irasionalnya terhadap ibunya. Peneliti juga memberikan motivasi kepada responden untuk terus menjadi anak yang lebih baik lagi dan tetap menjadi diri sendiri.

Pertemuan terakhir merupakan sesi terakhir proses konseling dengan responden yaitu dilaksanakan pada tanggal 27 Juni 2021 di Pulosari. Peneliti bertemu dengan responden dengan wajah yang memancarkan banyak kebahagiaan. Kemudian peneliti menanyakan perkembangan responden pasca proses konseling kemarin. Responden melaporkan dirinya sudah dapat lebih ikhlas dalam melaksanakan perintah ibunya, sudah tidak membantah lagi apa yang ibunya larang dan responden berjanji untuk berbakti dan menjadi anak yang baik. Responden pun mau mengakui hal-hal negatif yang pernah ia lakukan karena dampak dari *verbal abuse* tersebut.

Menanggapi hal tersebut, peneliti sangat bersyukur terhadap apa yang telah terjadi. Banyak perubahan-perubahan dari sebelum dan sesudah proses konseling ini. Walaupun demikian peneliti tetap memberikan saran kepada responden untuk mengontrol emosinya, sehingga tidak ada lagi muncul

pikiran irasional yang ia realisasikan dengan perbuatan-perbuatan negatif. Peneliti juga menyampaikan agar hal seperti ini terjaga selalu tanpa ada lagi ketidaknyamanan diantara ibu dan anak. Dengan hasil yang telah diberitahukan oleh responden peneliti mengambil kesimpulan bahwa responden mampu mengubah pola pikirnya dari irasional menjadi rasional dan menjadi harmonis lagi dengan orang tuanya.

Kesimpulan dari proses penerapan teknik konseling individu adalah peneliti bertemu dengan masing-masing responden sebanyak tiga kali, yaitu pada pertemuan pertama diawali dengan tahap pembukaan seperti pengenalan diri, menjalin hubungan dan komunikasi dengan baik agar proses konseling dapat berjalan dengan efektif dan tidak lupa tugas tambahan bagi responden. Selanjutnya pada pertemuan kedua diawali dengan pengevaluasian diri terhadap diri responden, menanyakan kabar dan dilanjutkan dengan proses terapi. Pada pertemuan terakhir diawali dengan pengevaluasian diri responden dan proses pengakhiran konseling.

B. Hasil Penerapan Konseling Individual Untuk Mengatasi Verbal Abuse Pada Remaja

Dari hasil analisis terhadap 4 responden, dengan menggunakan teori konseling individual dengan memfasilitasi responden mencapai tingkat perkembangan yang optimal, mengembangkan perilaku yang efektif dan meningkatkan fungsi atau manfaat individu dalam keluarga dan lingkungannya. Selain itu responden juga diajarkan untuk mengembangkan, merubah dan memperbaiki perilaku negatifnya. Hal ini sangat penting bagi 4 responden agar dapat memunculkan perilaku yang tepat menghadapi permasalahan.

Adapun perubahan perilaku setelah kegiatan konseling pada responden adalah sebagai berikut:

1. Responden AA

Setelah melakukan proses konseling dengan empat kali pertemuan. Dengan menggunakan tahap-tahap konseling konseling individu. Dari beberapa proses konseling tersebut dirasakan efektivitas. Responden sudah tidak merasakan cemas setiap harinya, responden juga sudah tidak mengalami

gangguan tidur lagi, karena responden sebelum tidur membiasakan diri selalu berwudhu dan berdo'a, sehingga tidur responden pun menjadi nyenyak, sekarang responden sudah mulai bersosialisasi dengan lingkungan dan responden sudah mulai menghilangkan pikiran irasionalnya dan menggantikannya menjadi pikiran dan perilaku positif.

Pada responden AA proses yang mendukung berhasilnya teknik ini dipengaruhi oleh kemauan diri sendiri, niat yang tinggi untuk menjadi yang lebih baik dan konsisten dalam konseling. Hal tersebut merupakan faktor internal yang berasal dari dalam diri responden.

2. Responden AR

Setelah melakukan proses konseling dengan empat kali pertemuan. Dengan menggunakan tahap-tahap konseling individual. Responden mengatakan bahwa setelah melakukan penerapan terapi responden sudah tidak melampiaskan amarahnya dan dapat mengontrol emosinya. Peneliti melihat diri responden sudah lebih baik dari sebelumnya namun adanya ketidak maksilan dalam tingkah lakunya, responden

sudah bisa merubah pemikirannya untuk menjadi lebih positif kepada ayahnya namun dari pemikiran itu tidak ia aplikasikan menjadi tingkah laku yang lebih baik.

Pada Responden AR sudah konsisten dalam melakukan tahap demi tahap terapi yang dilakukan, responden juga lebih banyak belajar dari kesalahan-kesalahan yang sebelumnya dan terus semangat untuk merubah menjadi lebih baik lagi. Ibu dan teman-temannya pun menjadi pendukung dalam berhasilnya terapi ini.

3. Responden RVS

Setelah melakukan proses konseling dengan empat kali pertemuan. Dengan menggunakan tahap-tahap konseling individual. Responden bercerita bahwa ada beberapa perubahan setelah mengikuti konseling, responden sudah tidak mengalami sulit tidur lagi dan ia sudah mencoba untuk perpikir positif tentang dirinya dan ibunya, walau pun masih dalam proses dan responden sudah mulai belajar menghilangkan pikiran irasionalnya menggantinya dengan pikiran rasional.

Sedangkan pada responden RVS faktor pendukung berhasilnya proses konseling adalah dari rasa semangat yang ada dalam diri responden untuk memperbaiki dirinya dan konsisten dalam melakukan proses konseling ini.

4. Responden UM

Setelah melakukan proses konseling dengan empat kali pertemuan. Dengan menggunakan tahap-tahap konseling individual.. Responden bercerita bahwa ia sudah dapat lebih ikhlas dalam melaksanakan perintah ibunya, sudah tidak membantah lagi apa yang ibunya larang dan responden berjanji untuk berbakti dan menjadi anak yang baik. Kemudian pikiran rasionalnya sekarang yang lebih dominan di banding pikiran irasionalnya yang membuat responden sudah tidak lagi mengalami cemas dan sulit makan.

Pada responden terakhir ini, memiliki semangat yang luar biasa. Keberhasilannya melakukan konseling ini di pengaruhi oleh kemauan diri sendiri, hanya melalui keyakinan dan kemauan dirinya untuk berubah dan konsisten dalam mengikuti proses konseling ini.

C. Evaluasi Proses Konseling

Dari seluruh responden (klien) yang mengalami *verbal abuse*, peneliti telah melakukan proses konseling individual dengan berbagai tahap-tahap.

Tahap-tahap tersebut diawali dengan tahap pembukaan seperti perkenalan dan pendekatan terhadap responden, tahap selanjutnya adalah melakukan *assessment* terhadap responden, dan selanjutnya tahapan mempersiapkan diri responden untuk terapi, setelah melakukan terapi dilanjutkan dengan pengimplementasian program *treatment*, dilanjutkan dengan pengevaluasian kemajuan terhadap responden. Dan pada tahap terakhir mempersiapkan responden untuk mengakhiri proses konseling. Konselor dapat mengetahui permasalahan responden pada pertemuan pertama, setelah responden merasakan kenyamanan terhadap konselor. Dan responden pun tidak mampu menyelesaikan permasalahan dirinya. Responden merasakan kecemasan dalam dirinya, sakit badan akibat kurang tidur dan penurunan berat badan. Namun setelah melakukan proses konseling individual dan teknik-teknik di dalamnya, seperti teknik behaviorisme, kognitif dan imageri.

Akhirnya peneliti dapat membantu responden keluar dari permasalahannya. Responden sudah merasa percaya diri, dan merasakan perubahan sikap yang lebih baik, terutama dalam berpikiran rasional.