

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA, KAJIAN TEORI & KERANGKA KONSEP

2.1. Tinjauan Pustaka

Tinjauan Pustaka merupakan kegiatan peninjauan kembali (review) suatu pustaka yang berkaitan atau relevan dengan topik penelitian yang dipilih. Berikut ini adalah beberapa karya tulis yang secara umum berkaitan dengan penelitian peneliti:

No	Nama, Judul, Tahun	Metode	Tujuan dan Hasil
1.	Yuda Syahputra, Stefanus Soejanto Sandjaja, Hariyani dan Eka Nurlaili. <i>Kekerasan Rumah Tangga dari Perpektif Konseling.</i> 2020	Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Teknik yang dilakukan pada penelitian ini adalah wawancara, observasi dan dokumentasi	Hasil: Hasil dari penelitian ini perlunya pelayanan bimbingan dan konseling untuk mengatasi perilaku kekerasan dalam rumah tangga dengan <i>adler therapy, ratinonal emotif therapy, cognitive behavioral therapy</i> , dan <i>feminist therapy</i> . Bimbingan konseling dapat menggunakan tiga tahap konseling keluarga yaitu interview awal, <i>role playing</i> atau bermain peran dan penafsiran.

<p>Perbedaan: Penelitian yang dilakukan oleh Yuda Syahputra, Stefanus Soejanto Sandjaja, Hariyani dan Eka Nurlaili bertujuan untuk mendeskripsikan kekerasan dalam rumah tangga dari perspektif bimbingan konseling yang digunakan adalah kualitatif dengan metode pendekatan <i>adler therapy</i>, <i>ratinonal emotif therapy</i>, <i>cognitive behavioral therapy</i>, dan <i>feminist therapy</i>. Sedangkan pada penelitian ini tidak hanya mendeskripsikan kekerasan dalam rumah tangga, tetapi juga dijelaskan bagaimana proses mengatasi korban kekerasan dalam rumah tangga, dan metode penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan penelitian wawancara, observasi, dan juga dokumentasi.</p>			
2.	<p>Wulan Setia Ningtyas. <i>Upaya Penanganan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) Di Posko Paralegal Puspita Bahari Morodemak, Kec. Bonang, Kab. Demak. 2018</i></p>	<p>Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan teknik deskriptif.</p>	<p>Hasil: Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa upaya penanganan korban kekerasan dalam rumah tangga menggunakan bimbingan konseling islam untuk meminimalisir kasus KDRT dengan cara membantu korban dalam memecahkan masalah atau melakukan pendampingan yang dibutuhkan korban, membantu penyembuhan masalah psikologis korban, mengembalikan kesehatan mental dan mengatasi gangguan emosional dengan konseling serta diadakan rumah aman bagi korban yang membutuhkan.</p>

<p>Perbedaan: Penelitian yang dilakukan oleh Wulan Setia Ningtyas bertujuan untuk mendeskripsikan faktor penyebab korban kekerasan dalam rumah tangga, upaya penanganan korban kekerasan dalam rumah tangga menggunakan bimbingan dan konseling islam. Sedangkan penelitian ini menjelaskan dampak dan upaya untuk mengatasi kecemasan pada korban kekerasan dalam rumah tangga menggunakan konseling motivational interviewing.</p>			
3.	<p>Raidatul Saptrians. <i>Metode Katarsis Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) Di Rekso Dyah Utami Yogyakarta. 2020</i></p>	<p>Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis penelitian lapangan (research) dengan teknik wawancara, observasi dan dokumentasi.</p>	<p>Hasil: Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat enam proses pelaksanaan metode katarsis untuk mengurangi kecemasan pada perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga yaitu individu dikondisikan dalam keadaan emosi yang stabil dan sadar, individu dapat menjelaskan nilai keuntungan dan resiko dari perbuatan yang dilakukan, individu diberikan kesempatan untuk mengeluarkan rasa marah melalui media katarsis yang sudah dipilih, pemunculan rasa marah, implementasi teknik dan refleksi serta pengukuran intensitas perilaku yang dilakukan</p>

			dalam bentuk pemberdayaan diri.
Perbedaan: Jurnal penelitian yang dilakukan oleh Raidatul Saptrians bertujuan untuk mendeskripsikan metode katarsis untuk mengurangi kecemasan pada perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) di Rekso Dyah Utami Yogyakarta. Sedangkan penelitian ini mendeskripsikan dampak dan konseling motivational interviewing yang digunakan untuk mengatasi kecemasan pada korban kekerasan dalam rumah tangga di RPTC Jakarta Timur.			
4.	Risa Juliadilla. <i>Terapi Asertif Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Korban Kekerasan Fisik Dan Psikis Dalam Rumah Tangga (KDRT).</i> 2016	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik deskriptif.	Hasil: Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penurunan kecemasan pada masing-masing subjek setelah pemberian terapi asertif, hal ini terlihat dari penurunan skor kecemasan masing-masing subjek. Hal ini juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan pada korban kekerasan fisik dan psikis dalam rumah tangga.
Perbedaan: Penelitian yang dilakukan oleh Rissa Julliadilla bertujuan untuk mengetahui perbedaan kecemasan pada korban kekerasan fisik dan psikis dalam rumah tangga setelah dilakukan terapi asertif. Sedangkan penelitian ini mendeskripsikan konseling motivational interviewing dalam mengatasi kecemasan korban kekerasan dalam rumah tangga.			

5.	<p>Mario Carl Joseph, Monty P Satiadarma, Rismiyati E koesma. 2018. “Penerapan Terapi Seni Dalam Mengurangi Kecemasan Pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di Jakarta.”</p> <p><i>Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora dan seni</i></p> <p>Vol. 2, No. 1</p>	<p>Penelitian ini menggunakan metode kualitatif untuk menggambarkan kecemasan dan metode kuantitatif untuk melihat penurunan tingkat kecemasan.</p>	<p>Hasil:</p> <p>Hasil dari penelitian ini bahwa terapi seni telah terbukti dapat mengurangi kecemasan pada perempuan korban KDRT dengan menunjukkan perubahan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi.</p>
<p>Perbedaan: penelitian yang dilakukan oleh Mario Carl Joseph, Monty P Satiadarma, Rismiyati E koesma bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan terapi seni dalam mengurangi kecemasan pada perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga. Sedangkan pada penelitian ini mendeskripsikan pelaksanaan motivational interviewing dalam mengurangi kecemasan kepada korban kekerasan dalam rumah tangga dan metode penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan penelitian wawancara, observasi dan juga dokumentasi.</p>			
6.	<p>M Asasul Muttaqin, All Murtadho, Anila Umriana. 2016. “Bimbingan Konseling Bagi Perempuan Korban</p>	<p>Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan teknik deskriptif.</p>	<p>Hasil:</p> <p>Hasil dari penelitian ini bahwa pelayanan bimbingan konseling individu dan support group bagi korban KDRT yang</p>

	Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di LRC-KJHAM Semarang.” SAWWA Vol 11. No. 2		diberikan oleh LRXC-KJHAM bersifat integral dan menimbulkan perubahan yang signifikan dari perubahan sikap dan psikologis perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga. Melalui bimbingan konseling individu korban mampu menyadari bahwa dapat mengatasi masalahnya sendiri dan sadar bahwa mereka secara bersamaan dapat berjuang untuk mengatasi masalah yang mereka alami.
Perbedaan: Penelitian yang dilakukan oleh M. Asasul Muttaqin, All Murtadho, Anila Umriana bertujuan untuk mendeskripsikan support group pada korban KDRT, dan metode yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan studi deskriptif. Sedangkan pada penelitian ini berfokus pada bagaimana proses mengatasi korban KDRT dengan konseling motivational interviewing.			
7.	Agung Budi Santoso. 2021. “kekerasan dalam rumah tangga terhadap perempuan: perspektif pekerjaan sosial.”	Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif.	Hasil: Hasil dari penelitian ini bahwa upaya yang dapat dilakukan pekerja sosial adalah konseling keluarga yang dilakukan sebagai bentuk terapi agar tidak

	<p><i>KOMUNITAS:</i> <i>Jurnal</i> <i>Pengembangan</i> <i>Masyarakat Islam</i> Vol. 10 No. 1</p>		<p>merasakan trauma berkepanjangan dan mereka bisa hidup dengan tenang.</p>
<p>Perbedaan: Jurnal penelitian yang dilakukan oleh Agung Budi Santoso bertujuan untuk mendeskripsikan dampak dan faktor kekerasan dalam rumah tangga maupun upaya penanganan yang dilakukan oleh pekerja sosial dalam konseling keluarga, dan penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif deskriptif. Sedangkan pada penelitian ini berfokus pada pelaksanaan proses konseling individu motivational interviewing bagi korban KDRT, dan metode pada penelitian ini menggunakan kualitatif deskriptif.</p>			

Table 2.2 Tinjauan Pustaka

Berdasarkan tinjauan pustaka sebelumnya yang telah dilakukan oleh peneliti terdahulu telah membahas tentang pendekatan terapi social support yang dilakukan oleh pekerja sosial di berbagai lembaga sosial di Indonesia untuk mengatasi permasalahan kekerasan yang terjadi. Terdapat perbedaan penelitian pada tinjauan pustaka dengan penelitian yang akan dilakukan, yaitu penelitian yang dilakukan berfokus pada proses penerapan pendekatan motivasi interviewing di Rumah Perlindungan Trauma Center Jakarta Timur.

2.2. Kajian Teori

2.2.1. Definisi Motivasi Interviewing

Miller & Rollnick S (2009) menegaskan tentang motivational interviewing atau MI adalah sebuah bentuk panduan yang berpusat pada pribadi untuk memperoleh dan memperkuat motivasi untuk melakukan perubahan pada klien. Motivational Interviewing dapat berfungsi sebagai kerangka dimana terapi pendekatan lain dapat berkesinambungan.

Maka dari itu, dengan menggabungkan semangat MI yang berpusat pada klien dari terapi pendekatan lain akan menjadi lebih bermakna terhadap perubahan klien.

Penelitian Moyers, Miller & Hendrickson (2005) menunjukkan bahwa spirit dalam motivational interviewing merupakan preditor penting dari keterampilan konselor dengan MI, yang pada gilirannya memprediksi perilaku konseling dan hasil konseling. ada empat komponen dalam spirit MI, yaitu:

- a. Kolaborasi (*Collaboration*), mengacu pada hubungan kerja sama antara konselor dan konseling. Meskipun konselor memiliki keahlian dalam bidang komunikasinya, namun sikap kolaboratif juga ditunjukkan dengan mengakui bahwa konseling adalah seorang ahli bagi dirinya sendiri. Jadi, konselor menghargai keahlian konseling, memahami aspirasi tujuan konseling dan menciptakan lingkungan positif yang memungkinkan perubahan.
- b. Pembangkitan (*Evacation*) mengacu pada bagaimana konselor membangkitkan dan mendapatkan alasan tentang perubahan konseling. Miller & Rollnick (2002) menggambarkan fenomena ini sebagai refleksi meluruskan, kecenderungan manusia untuk memperbaiki hal-hal yang dianggap salah. Kecenderungan ini sering kali diterjemahkan ke dalam pemecahan masalah yang prematur dan pemberian nasihat yang menghalangi konseling untuk terlibat aktif dalam proses tersebut dan menempatkan mereka dalam peran pasif.
- c. Penerimaan (*Acceptance*) berakar dari teori Carl Rogers mengandung setidaknya empat aspek yang berisi menghargai nilai dan potensi yang melekat pada setiap manusia, berusaha memahami sesuatu berdasarkan perspektif konseling, mendukung otonomi konseling serta memberikan pujian atas usaha yang telah dilakukan konseling. Menurut Rogers, bentuk

penerimaan seperti ini merupakan bentuk kepercayaan bahwa pada dasarnya orang lain itu dapat dipercaya. Hal tersebut adalah salah satu kondisi terapeutik yang diperlukan untuk mendukung terjadinya perubahan.

- d. Welas Asih (*Compassion*) yang dimaksud dalam spirit MI bukanlah mengenai perasaan pribadi atau pengalaman emosional tertentu. berbelas kasih berarti secara aktif mempromosikan kesejahteraan orang lain, memprioritaskan kebutuhan orang lain. Welas asih adalah komitmen untuk membantu kesejahteraan dan kepentingan terbaik bagi orang lain.

2.2.1.1. Tujuan Konseling Motivasi Interviewing

Tujuan konseling MI adalah berusaha membangkitkan motivasi intrinsik dan keterlibatan individu dalam perilakunya. Melalui proses konseling diharapkan konseling dapat menginternalisasi motivasi intrinsik untuk melakukan perubahan dengan mengubah tuntunan eksternal menjadi nilai atau tujuan pribadi. Inilah tujuan dari wawancara motivasi, konselor akan mampu membangkitkan motivasi intrinsik individu dengan memunculkan verbalisasi tentang perubahan atau change talk sehingga perubahan yang terjadi berasal dari keinginan konseling pribadi bukan karena tuntunan eksternal.

2.2.1.2. Peran dan Fungsi Konselor

Motivational interviewing didukung oleh serangkaian prinsip yang menekankan hubungan konseling yang kolaboratif dengan menghormati otonomi konseling. Dalam, motivational interviewing konselor dipandang sebagai fasilitator bukan seorang ahli yang mengadopsi pendekatan non-kon-frontasional untuk memandu konseling menuju perubahan.

Miller & Rollnick menjelaskan bahwa terdapat empat prinsip dalam motivational interviewing yang menjadi peran dan fungsi konselor dalam proses konseling yaitu sebagai berikut:

- a. Menunjukkan Empati adalah bagaimana konselor berusaha untuk menunjukkan sikap penerimaan tanpa syarat dan menggunakan keterampilan mendengarkan aktif dan reflektif untuk memastikan bahwa konseling merasa dipahami dalam melakukan konseling, seorang konselor menunjukkan sikap empati, kehangatan, ketulusan dan penerimaan positif tak bersyarat. keterampilan seperti mendengarkan dengan aktif dan reflektif akan membuat konseling merasa dipahami.
- b. mengembangkan diskrepansi atau ketdaksesuain adalah perubahan perilaku lebih mungkin terjadi ketika perilaku baru yang diidentifikasi sejalan dengan nilai dan tujuan konseling itu sendiri.
- c. Menerima resistensi merupakan konselor perlu menerima resistensi yang ada pada konseling dan mengakui bahwa hal tersebut sebagai salah satu bagian penting dan lazim yang dialami proses menuju perubahan positif. Dalam proses perubahan resistensi sering terjadi sehingga konseling melakukan penolakan untuk berubah. resistensi juga disebut sebagai hasil atau produk dari interaksi antara konselor dengan konseling.
- d. Mendukung efikasi diri bahwa perubahan perilaku terjadi pada konseling ketika ia menganggap perilaku itu penting dan ketika ia merasa mampu melakukan perubahan. Konseling sering menganggap diri mereka tidak seperti harapan tokoh-tokoh penting (significant order) di sekitarnya seperti keluarga. Konselor mendorong dan mendukung konseling untuk meyakini perubahan kehidupannya.

Konselor mengungkapkan bahwa konseling punya kemampuan untuk menyelesaikan dan mengatasi tugas atau tantangannya.

2.2.1.3. Tahapan Konseling Motivational Interviewing

Tahan dan Sminkey (2012) dalam Mulawarman menegaskan bahwa konselor yang menggunakan MI harus memiliki kecerdasan emosional dan kesadaran akan berbagai emosi, reaksi, kekuatan dan bidang tantangan yang baik di dalam dirinya maupun orang lain.

Adapun dua cara utama untuk menggunakan MI dalam pelayanan konseling yang akan dilakukan untuk perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga yaitu:

- a. Menggunakan MI untuk membangun motivasi diantara mereka yang secara terbuka untuk perubahan.
- b. Menggunakan MI sebagai kerangka dasar untuk memberi pelayanan kepada klien yang siap mengambil tindakan untuk menuju perubahan.

Adapun tahapan implementasi dalam tahapan motivational interviewing, yaitu:

- a. Membangun keterlibatan (*Engaging*), membangun keterlibatan adalah proses dimana kedua belah pihak membangun hubungan yang bermanfaat dalam proses konseling. Keterlibatan didefinisikan sebagai proses membangun hubungan saling percaya dan saling menghormati. Membangun keterlibatan juga merupakan tahap perubahan awal yang biasa disebut *precontemplation*, dimana pada tahap ini klien belum menyadari bahwa perilakunya bermasalah dan belum melihat kebutuhan untuk berubah.

Pada tahap ini satu hal yang harus dihindari adalah mengajukan sejumlah pertanyaan langsung yang akan membuat klien menjadi tidak benar - benar akan terlibat dalam prosesnya. Hal yang harus dilakukan adalah membantu klien merasa

diterima dengan nyaman, memahami klien, membuat klien merasa bahwa dia dan konselor memiliki tujuan yang sama. Hal yang dapat konselor lakukan pada tahap membangun keterlibatan ini menggunakan Teknik pertanyaan terbuka (*Open Ended Question*), yang memberikan pertanyaan terbuka diluar topik permasalahan dan memberikan refleksi kepada klien sehingga klien dapat mengeksplorasi dan akan menghasilkan lebih banyak informasi penting untuk konselor diluar kesadaran klien.

- b. Memfokuskan Tujuan (*Focusing*), proses dimana konselor mengembangkan dan mempertahankan arah tertentu didalam percakapan tentang perubahan. Dalam tahap ini juga disebut tahap *contemplation* yang dimana klien sudah mengakui bahwa klien mulai menyadari dirinya membutuhkan konseling lebih lanjut mengurangi kecemasannya dan mulai mempertimbangkan tujuan serta berpikir mengenai konsekuensi positif dan negative dari perilakunya. Teknik yang digunakan oleh konselor pada tahap ini merupakan Teknik *summarizing* yang dimana meringkas semua percakapan dan point yang disampaikan oleh konseling.
- c. Membangkitkan Motivasi (*Evoking*), proses paling penting dalam konseling motivational interviewing untuk membantu klien dalam perubahan dan untuk mengembangkan motivasi intrinsik dalam diri klien. Membangkitkan motivasi atau tahap preparation akan membuat klien menyuarakan argumen untuk perubahan. Pada tahap ini korban akan menyuarakan argumen mereka secara sadar dan menimbulkan pro dan kontra, tetapi adapula korban yang sudah siap dengan perubahan tersebut. Konselor pada tahap ini menggunakan teknik komunikasi pertanyaan terbuka *decisional balance* yang digunakan untuk membantu konseling menggambarkan aspek positif maupun

negatif dari perilaku mereka. Selama proses *decisional balance* konselor membantu konseling dalam mengeksplorasi sepenuhnya pro dan kontra.

- d. Merencanakan perubahan (planning), proses dimana korban sudah menyetujui perubahan yang telah disepakati atau disebut tahap *action*. Konselor pada tahap ini menggunakan teknik komunikasi afirmasi untuk membantu korban lebih fokus dalam menjalankan perubahan dan menghargai usaha korban dalam mengambil keputusan untuk berubah lebih baik. Teknik komunikasi afirmasi dengan pujian sangat berbeda, biasanya konselor menggunakan teknik komunikasi afirmasi dengan menghindari kata “saya” melainkan “kamu”, misalnya “kamu sudah bekerja keras saat ini, jangan menyerah sedikit lagi hasilnya akan seperti yang kamu harapkan”.

2.2.2. Kekerasan dalam Rumah Tangga

2.2.2.1. Definisi Kekerasan dalam Rumah Tangga

Budiary (2008) menjelaskan bahwa KDRT adalah bentuk tindak kekerasan yang dilakukan oleh salah satu anggota dalam rumah tangga misalnya suami terhadap istri yang berakibat menyakiti secara fisik, psikis, seksual dan ekonomi termasuk ancaman, perampasan kebebasan yang terjadi di dalam rumah tangga atau keluarga. Selain itu, hubungan antara suami dan istri digambarkan dengan penyiksaan secara verbal, tidak adanya kehangatan emosional, ketidaksetiaan dan menggunakan kekuasaan untuk mengendalikan istri.

WHO atau World Health Organization menjelaskan tentang kekerasan adalah penggunaan kekuatan fisik atau kekuasaan secara disengaja, ancaman atau tindakan terhadap seseorang atau sekelompok orang yang menyebabkan kerugian psikologis, luka, kematian, kelainan perkembangan atau perampasan hak.

Sedangkan, kekerasan terhadap perempuan merupakan tindakan kekerasan berdasarkan gender yang menyebabkan kerugian atau penderitaan fisik, seksual dan psikologis terhadap perempuan termasuk ancaman untuk melaksanakan tindakan tersebut dalam kehidupan masyarakat dan pribadi.

Kekerasan di antaranya physical abuse, psychology calabuse, material abuse or theft of money or personal property, dan violation of right berdasarkan studi anak-anak yang menjadi korban KDRT cenderung menunjukkan tubuh yang lebih kecil, memiliki kekuatan yang lebih lemah, dan merasa tak berdaya terhadap tindakan agresif, menurut studi (Lau dan Kosberg, 1984).

2.2.2.2. Dampak Kekerasan dalam Rumah Tangga

Bridges Violence Center menjelaskan tentang dampak dari KDRT sangat mempengaruhi aspek kehidupan orang yang terlibat. Orang dewasa yang mengalami KDRT memiliki resiko lebih besar mengalami gangguan kesehatan mental dibandingkan mereka tanpa riwayat KDRT.

National institute for Health Research di Inggris menegaskan dari penelitiannya bahwa korban kekerasan dalam rumah tangga cenderung mengalami gangguan kecemasan, depresi dan post traumatic disorder (PTSD). Perempuan dengan gangguan kecemasan memiliki tiga kali lebih tinggi mengalami KDRT. (M. Harits, 2022)

Dampak kekerasan dalam rumah tangga yang memberikan rasa sakit pada fisik atau tubuh lebih mudah diobati melalui pengobatan medis atau tradisional, tetapi dampak kekerasan dalam rumah tangga yang memberikan efek kepada psikologis korban bisa membuat tingkah laku yang tidak normal akibat tekanan jiwa, ada beberapa gangguan kesehatan mental akibat dampak dari kekerasan dalam rumah tangga yaitu:

- a. Gangguan Kecemasan (*Anxiety Disorder*) yang menyebabkan korban mengalami rasa takut secara tiba-tiba karena teringat kejadian kekerasan yang dialami atau bahkan tanpa sebab yang jelas.
- b. Depresi, korban yang mengalami depresi akibat kekerasan dalam rumah tangga bisa menyebabkan bunuh diri.
- c. Post traumatic disorder (PTSD), yang terjadi pada korban dapat menyebabkan ketakutan, kerentanan dan ketidakberdayaan.

2.2.3. Kecemasan

2.2.3.1. Definisi Kecemasan

Sigmund Freud (2008) menjelaskan tentang kecemasan merupakan kondisi yang tidak menyenangkan dan bersifat emosional disertai sebuah sensasi fisik yang memperingatkan seseorang terhadap bahaya yang akan datang. Kecemasan merupakan kata yang digunakan untuk menggambarkan kondisi perasaan yang khawatir, tidak mudah dan takut yang berlebihan terhadap kondisi tertentu.

Taylor (1953) menyatakan bahwa kecemasan merupakan tingkat dorongan pada individu yang dimanifestasikan pada kecemasan yang terlihat tampak dan kecemasan yang hanya dapat dirasakan sendiri. Individu dengan kecemasan tinggi memiliki kecenderungan untuk mengalami kegelisahan dalam menghadapi stress dan situasi yang dimanifestasikan dalam respon fisiologis dan psikis.

Kecemasan menurut Hawari (2002) tentang gangguan alam perasaan yang ditandai dengan kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tetapi belum mengalami gangguan dalam menilai realitas dan kepribadian masih tetap utuh dan perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas normal.

2.2.3.2. Tingkatan Kecemasan

Mardjan (2016) menjelaskan tingkatan kecemasan dapat dibagi menjadi empat tingkatan yaitu:

- a. Kecemasan Ringan, merupakan perasaan bahwa ada sesuatu yang berbeda dan membutuhkan perhatian khusus. Stimulasi sensori meningkat dan membantu individu memfokuskan perhatian untuk menyelesaikan masalah, berfikir, bertindak dan melindungi dirinya sendiri.
- b. Kecemasan sedang merupakan perasaan yang mengganggu bahwa ada sesuatu yang benar-benar berbeda dan membuat individu menjadi gugup.
- c. Kecemasan berat merupakan keyakinan bahwa ada sesuatu yang berbeda dan ada ancaman. Ketika individu mencapai kecemasan berat semua pemikiran rasional berhenti dan individu mengalami respon *flight*
- d. Panik berhubungan dengan ketakutan error, mengalami kehilangan kendali. Individu yang mengalami panik atau tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan pengarahan dikarenakan panik melibatkan disorganisasi kepribadian. Tingkat kecemasan ini tidak sejalan dengan kehidupan dan jika berlangsung terus menerus dalam waktu yang lama dapat terjadi kelelahan bahkan kematian.

2.2.3.3. Gejala Kecemasan

Adapun gejala dari kecemasan yang dirasakan oleh perempuan korban KDRT seperti merasa tegang, gugup, merasa sedang dalam situasi yang menakutkan dan berfikir hal terburuk akan terjadi padanya, merasa gelisah dan merasa bahwa dunia bergerak menjadi cepat atau lambat

2.2.3.4. Penyebab Kecemasan

Savitri Ramaiah dalam muyasaroh et al (2020), mengungkapkan ada beberapa faktor penyebab kecemasan yang menunjukkan reaksi dalam kecemasan itu sendiri, yaitu:

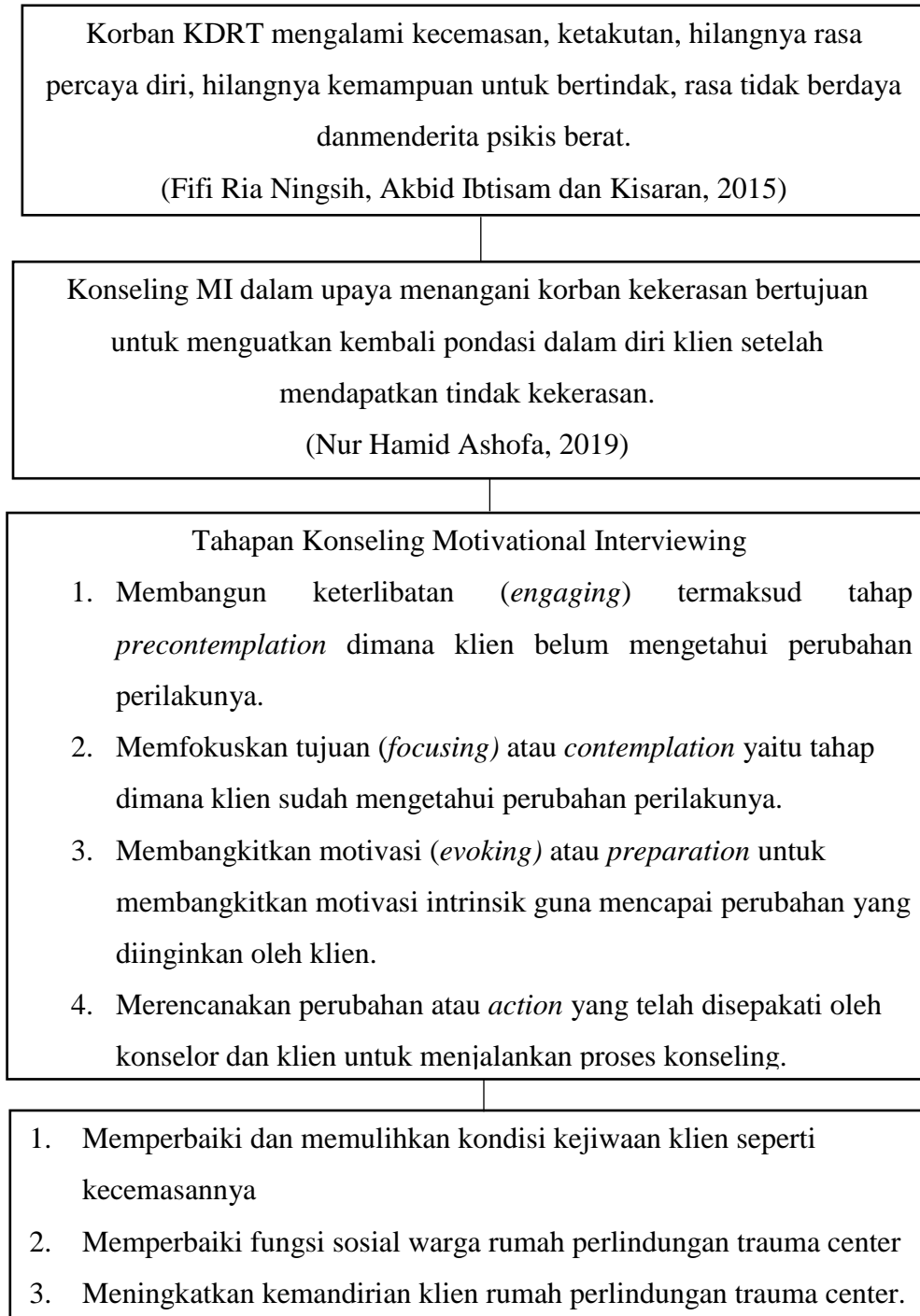
- a. Emosi yang ditekan, kecemasan bisa terjadi jika individu tidak mampu mencari jalan keluar untuk perasaannya sendiri dalam hubungan personal ini. Terutamanya jika dirinya menekankan rasa marah atau frustrasi dalam jangka waktu yang sangat lama.
- b. Sebab akibat fisik, pikiran dan tubuh saling berinteraksi dan dapat menyebabkan timbulnya kecemasan. Hal ini terlihat selama ditimpa kondisi yang tidak seperti biasanya dan membuat perubahan-perubahan kaskim muncul dan dapat menyebabkan kecemasan.
- c. Lingkungan, lingkungan atau sekitar tempat tinggal mempengaruhi cara berfikir individu tentang diri sendiri maupun orang lain. Hal ini disebabkan karena adanya pengalaman yang tidak menyenangkan pada individu dengan keluarga, sahabat, ataupun rekan kerja.

2.2.3.5. Dampak Kecemasan

Jika mengalami kecemasan dalam jangka waktu yang lama atau sering merasakan cemas, tubuh akan mengalami efek tambahan pada pikiran seperti:

- a. Bermasalah dengan tidur
- b. Menarik diri dari lingkungan
- c. Sulit fokus
- d. Mudah tersinggung
- e. Depresi
- f. Daya tahan tubuh yang menurun yang bisa membuat tubuh lebih rentan terkena penyakit-penyakit tertentu.
- g. Adanya perubahan hasrat seksual.

2.3. Kerangka Konsep



Gambar 2.1 Kerangka Konsep

Pada kerangka konsep penelitian ini berdasarkan masalah kekerasan dalam rumah tangga yang dilakukan kepada korban mengakibatkan kecemasan berlebih, ketakutan, hilangnya kepercayaan diri, hilangnya kemampuan untuk bertindak dan rasa tidak berdaya atau menderita. Namun, pada dasarnya setiap korban kekerasan dalam rumah tangga memiliki keinginan untuk bangkit dari rasa keterpurukan tersebut.

Korban kekerasan dalam rumah tangga perlu ditangani serius karena mereka mengalami gangguan psikologis maupun psikis yang dapat berpengaruh terhadap kehidupan sendiri maupun di masyarakat. Pemerintah telah menyediakan layanan dengan memberikan rehabilitasi psikososial melalui Rumah Perlindungan Trauma Center Jakarta Timur.

Rehabilitasi psikososial perlu diberikan kepada korban kekerasan dalam rumah tangga agar mereka dapat berfungsi sosial kembali dengan mengembalikan kepercayaan dirinya. Oleh karena itu, salah satu upaya yang dilakukan Rumah Perlindungan Trauma Center Jakarta dalam memberikan rehabilitasi psikososial tersebut dengan menggunakan pendekatan konseling motivasi interviewing yang diberikan oleh pekerja sosial atau konselor. Implementasi dalam konseling motivational interviewing terdiri dari membangun keterlibatan atau tahap *precontemplation*, memfokuskan tujuan atau tahap *contemplation*, membangkitkan motivasi atau *preparation* dan tahap merencanakan perubahan atau *action*.

Konseling penerapan motivasi interviewing ini ditujukan agar memperbaiki dan memulihkan keberfungsian sosial, mengurangi kecemasan, meningkatkan kepercayaan diri, harga diri dalam menjalani kehidupan sosial kedepannya. Dengan begitu korban kekerasan dalam rumah tangga yang mengikuti konseling motivasi interviewing dapat kembali menjalankan fungsi sosialnya dan menjalankan kehidupan yang normal dan bermakna dalam bermasyarakat.