

BAB V PEMBAHASAN

5.1. Konseling Motivational Interviewing dalam Mengurangi Kecemasan Pada Perempuan Korban KDRT di RPTC Jakarta Timur

Pada bab ini penulis akan membahas bagaimana hasil penelitian proses konseling motivational interviewing dalam mengurangi kecemasan pada perempuan korban KDRT yang telah ditemukan di lapangan. Peneliti akan membahas yang telah dipaparkan di bab IV dan dikaitkan pada teori yang berfokus pada tahapan fase perubahan dan implementasi tahapan motivational interviewing di bab II. Perempuan korban KDRT yang mengikuti konseling motivational interviewing di RPTC Jakarta Timur untuk mengurangi kecemasan mereka agar setelah keluar dari lembaga sosial mereka dapat menjalankan kehidupannya dengan baik dan terarah. Berdasarkan hasil wawancara dengan pekerja sosial, pekerja sosial pendamping dan kepala sub tata usaha dan juga teori konseling motivational interviewing Tahan dan Sminkey (2012), yang dapat disimpulkan bahwa Teknik konseling motivational interviewing untuk mendorong klien mengeksplorasi dan menemukan alasan dalam dirinya untuk mengubah perilakunya di RPTC Jakarta Timur yang terdiri dari 4 tahapan dan 12 sesi pertemuan adalah:

5.1.1. Membangun Keterlibatan (*Engaging*)

Membangun keterlibatan atau tahap *precontemplation* merupakan tahap awal kedua belah pihak membangun keterlibatan dalam proses konseling yang biasanya dapat tercapai dalam 3 kali sesi pertemuan. Pada tahap ini klien belum menyadari adanya perubahan perilaku yang bermasalah dan belum melihat adanya kebutuhan untuk berubah.

Pada proses membangun keterlibatan, satu hal yang harus dihindari dengan mengajukan pertanyaan yang mengacu pada inti permasalahan korban. Teknik komunikasi yang digunakan pada tahap ini merupakan teknik komunikasi *open ended question* yang dimana konselor akan mengajukan pertanyaan dasar sebagai berikut:

“apa kesibukan klien sehari-hari?”

“apa yang membuat klien merasa berat dalam menjalani kehidupan sehari-harinya?” dan sebagainya.

5.1.2. Memfokuskan Tujuan (*Focusing*)

Memfokuskan tujuan atau tahap *contemplation* yaitu tahap kedua konseling yang sudah masuk dalam 4-6 kali sesi pertemuan. Memfokuskan tujuan juga merupakan proses dimana korban sudah menyadari adanya perubahan perilaku kecemasan berat terhadap dirinya. Pada tahap ini konselor bertujuan untuk mengembangkan arah dalam percakapan perubahan korban dengan menggunakan teknik komunikasi mendengarkan dan meringkas (*summarizing*) dalam menentukan perubahan. Respon klien yang sudah mengetahui adanya perubahan perilaku kecemasan yang berlebih dan siap mengikuti konseling dengan kemauan dirinya sendiri dan yakin akan berubah agar bisa menjadi pribadi yang lebih *selfcontrol*.

5.1.3. Membangkitkan Motivasi (*Evoking*)

Membangkitkan motivasi merupakan tahap *preparation* dalam konseling *motivational interviewing* yang dimana pada proses ini sudah mencapai pertemuan konseling sesi ke 7-10 dengan durasi waktu 1-2 jam kurang lebih. Membangkitkan motivasi menjadi bagian penting dalam perubahan perilaku korban. Korban pada tahap ini sudah sepenuhnya siap untuk melakukan perubahan. Membangkitkan motivasi akan membuat korban menyuarakan argumen mereka secara sadar yang menimbulkan pro dan kontra.

Pada tahap ini konselor menggunakan teknik komunikasi dengan pertanyaan terbuka *decisional balance* yang digunakan untuk membantu konseling menggambarkan aspek positif dan negatif dari perilaku mereka seperti menggambarkan kehidupan dengan perilaku kecemasan berat yang masih mengontrol diri saat kambuh dan menggambarkan hal positif yang akan di dapat pada saat klien sudah bisa mengontrol rasa kecemasan berlebihnya seperti dapat mengikuti kegiatan produktif yang positif dan dapat menyesuaikan diri pada saat kecemasan itu kambuh di waktu yang tiba-tiba.

5.1.4. Merencanakan Perubahan (*Planning*)

Merencanakan perubahan merupakan tahap *action* yang dimana menjadi tahap terakhir dalam implementasi konseling motivational interviewing. Korban yang sedang berproses dalam tahap ini membutuhkan komitmen dan energi yang besar. Korban mungkin akan merasakan perbedaan gaya hidup lama mereka dalam beberapa hal.

Pada tahap ini konselor menggunakan teknik komunikasi afirmasi yang bertujuan untuk mengapresiasi usaha korban yang sudah berproses sejauh ini. Teknik komunikasi afirmasi berbeda dengan pujian. Afirmasi merupakan teknik komunikasi yang mengapresiasi usaha korban serta memberi semangat agar terus berkomitmen dengan perubahan yang sedang dijalankan. Setelah konseling dilakukan konselor dapat melihat tingkat kecemasan klien dari level kecemasan berat seperti takut mendengar barang jatuh, suara teriakan, suara anak kecil menangis dan badan merasa gemetar menjadi level kecemasan ringan ringan atau sudah dapat dikontrol dengan diri sendiri untuk mengabaikan rasa takut itu dan meyakinkan diri sendiri bahwa yang hal yang ditakutkan tidak akan terjadi.

5.2.Faktor Pendukung Dan Hambatan Konseling Motivational Interviewing Dalam Mengurangi Kecemasan Perempuan Korban KDRT Di RPTC Jakarta Timur

Hasil penelitian ini juga mendapatkan faktor hambatan dan pendukung proses pelaksanaan konseling motivational interviewing dalam mengurangi kecemasan perempuan korban KDRT di RPTC Jakarta Timur yang diperoleh dari hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa proses konseling motivational interviewing di RPTC Jakarta timur, yaitu ketersediaan fasilitas dalam setiap kegiatan terdapat fasilitas dan sarana prasarana sehingga dalam kegiatan pelaksanaan konseling motivational interviewing berjalan dengan baik. Lalu kerja sama korban dengan pendamping untuk melaksanakan setiap kegiatan. Kemudian adanya infrastruktur pada setiap kegiatan dan monitoring dari para staf administrasi.

Namun dalam pelaksanaan konseling motivational interviewing dalam mengurangi kecemasan korban KDRT di RPTC Jakarta Timur memiliki faktor penghambat, berdasarkan hasil wawancara yaitu lokasi Lembaga yang agak jauh dari jalan utama dan masuk dalam perumahan, dan korban yang belum tahu maksud dan tujuan utama ke Lembaga yang membuat kami agak sulit memahami.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan secara menyeluruh faktor pendukung proses konseling motivational interviewing dalam mengurangi kecemasan korban KDRT di RPTC Jakarta Timur terdiri dari ketersediaan fasilitas, kerja sama korban dan pendamping, infrastruktur dan monitoring staff ASN. Sedangkan faktor penghambat proses konseling motivational interviewing dalam mengurangi kecemasan perempuan korban KDRT di RPTC Jakarta Timur terdiri dari lokasi yang cukup sulit, korban yang baru masuk ke panti dengan latar belakang pemahaman.