

Jurnal Pengabdian dan Penelitian Kepada Masyarakat (JPPM)	e ISSN: 2775 - 1929 p ISSN: 2775 - 1910	Vol. 2 No.2	Hal: 95 - 103	Agustus 2021
--	--	-------------	---------------	--------------

## **PENDAMPINGAN MENGATASI PIKIRAN NEGATIF PADA REMAJA KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA DENGAN TEKNIK *CLIENT-CENTERED THERAPY***

Farrelia Azzahra<sup>1</sup>, Meilanny Budiarti Santoso<sup>2</sup>, Santoso Tri Raharjo<sup>3</sup>

[farrelia19001@mail.unpad.ac.id](mailto:farrelia19001@mail.unpad.ac.id)<sup>1</sup>; [meilanny.budiarti@unpad.ac.id](mailto:meilanny.budiarti@unpad.ac.id)<sup>2</sup>;  
[santoso.tri.raharjo@unpad.ac.id](mailto:santoso.tri.raharjo@unpad.ac.id)<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Kesejahteraan Sosial, FISIP Universitas Padjadjaran

<sup>2,3</sup> Pusat Studi CSR, Kewirausahaan Sosial dan Pemberdayaan Masyarakat, Universitas Padjadjaran

### **ABSTRAK**

Hubungan orang tua yang harmonis akan menjadikan anak bertingkah laku dan mempunyai *mindset* yang baik pula. Artikel ini mengungkap proses pendampingan terhadap remaja yang tumbuh dalam lingkungan keluarga dengan tindakan kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) yang dilakukan oleh seorang kepala keluarga. Metode pendampingan yang digunakan penulis dalam artikel ini adalah metode deskriptif dengan riset aksi dan studi kepustakaan. Kegiatan dan aksi dilakukan setelah melalui proses asesmen terlebih dahulu, kemudian dilanjutkan dengan perancangan kegiatan, dan evaluasi. Studi kepustakaan merujuk pada referensi yang diambil dari beberapa artikel dan buku yang membahas tentang teknik intervensi *Client-centered therapy* yang digunakan dalam proses intervensi permasalahan klien diatas. Berdasarkan kajian konseptual, intervensi dengan metode *Client-centered therapy* dipandang efektif dalam proses pendampingan terhadap klien dengan pikiran negatif sebagai korban KDRT. Setelah dilakukan proses pendampingan selama lebih kurang delapan minggu, diperoleh hasil bahwa klien memiliki permasalahan *negative mindset* (pikiran negatif). Proses pendampingan berjalan baik sesuai dengan kesepakatan yang dibangun antara pendamping dengan klien. Klien bersikap proaktif dalam menjalani proses pendampingan, sehingga terjadi kolaborasi yang baik antara pendamping dengan klien dalam proses intervensi. Begitupun dengan proses *treatment* dapat berjalan sesuai dengan rencana yang telah disusun dan dapat membantu klien menangani permasalahan yang sedang dihadapinya.

Kata kunci: kekerasan dalam rumah tangga, *Client-centered therapy*, *negative thoughts*.

### **ABSTRACT**

*Harmonious parental relationships will make children behave and have a good mindset too. This article reveals the process of mentoring adolescents who grew up in a family environment with acts of domestic violence (KDRT) committed by a family head. The mentoring method used by the author in this article is a descriptive method with action research and literature study. Activities and actions are carried out after going through the assessment process first, then followed by activity design, and evaluation. The literature study refers to references taken from several articles and books that discuss the Client-centered therapy intervention techniques used in the process of intervening the above client problems. Based on the conceptual study, the intervention with the Client-centered therapy method is considered effective in the process of assisting clients with negative. The mentoring process went well in accordance with the agreement that was built between the facilitator and the client. The client is proactive in undergoing the mentoring process, so that there is good collaboration between the facilitator and the client in the intervention process. Likewise, the treatment process can run according to the plans that have been prepared and can help clients deal with the problems they are facing.*

*Key words: domestic violence, client-centered therapy, negative thoughts.*

Jurnal Pengabdian dan Penelitian Kepada Masyarakat (JPPM)	e ISSN: 2775 - 1929 p ISSN: 2775 - 1910	Vol. 2 No.2	Hal: 95 - 103	Agustus 2021
--	--	-------------	---------------	--------------

## PENDAHULUAN

Anak merupakan titipan Tuhan yang perlu dijaga, dirawat, dan dibesarkan dengan sepenuh hati. Sebagai orang tua, mencukupi kebutuhan hidup anak adalah sebuah kewajiban yang harus dilaksanakan. Tidak hanya kebutuhan akan sandang pangan dan papan, kebutuhan batin pun menjadi keharusan yang perlu dilakukan. Namun, bagaimana bila seorang ayah yang seharusnya memberikan kenyamanan dan keamanan pada anak serta istrinya justru tidak dilakukan dan bahkan melakukan sebaliknya yang keluar dari hakikat seorang ayah. Keluarga merupakan lingkungan sosial pertama bagi anak yang mana orang tua merupakan orang penting yang utama (Ulfa Danni Rosada, 2018). Karena itu, hubungan orang tua yang harmonis akan menjadikan anak bertingkah laku dan mempunyai *mindset* yang baik pula.

UU no. 23 tahun 2004, mendefinisikan kekerasan dalam rumah tangga adalah setiap perbuatan terhadap seseorang terutama perempuan, yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, dan/atau penelantaran rumah tangga termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dalam lingkup rumah tangga.

Ketika anak melihat dan ikut merasakan kekerasan yang dilakukan oleh ayahnya kepada sang ibu, ini akan berdampak pada perilaku dan pola pikir anak kedepannya. Anak pun akan kehilangan role model dalam kehidupannya. Hal ini akan berdampak pada fisik dan yang lebih parahnya akan menimbulkan trauma psikis pada sang anak. Kekerasan Dalam Rumah Tangga pun akan memberikan efek besar pada pola pikir dan emosional anak. Banyak faktor yang mempengaruhi terjadinya kekerasan dalam rumah tangga. Peneliti kekerasan keluarga mengatakan bahwa indikator sosiodemografi dari ketidaksetaraan struktural mempengaruhi kecenderungan kekerasan dalam rumah tangga (Anderson, 2018).

Menurut Gunadi dalam (Ramadhani & Krisnani, 2019) tiga peranan utama ayah-ibu dalam mengembangkan karakter anak, antara lain:

- 1) Berkewajiban menciptakan suasana yang hangat dan tenteram. Tanpa ketenteraman, akan sulit bagi anak

untuk belajar apapun dan anak akan mengalami hambatan dalam pertumbuhan jiwanya. Ketegangan atau kesulitan adalah wadah yang buruk bagi perkembangan karakter anak.

- 2) Menjadi panutan positif bagi anak sebab anak belajar terbanyak dari apa yang dilihatnya, bukan dari apa yang didengarnya. Karakter orang tua yang diperlihatkan melalui perilaku nyata merupakan bahan pelajaran yang akan diserap anak.
- 3) Mendidik anak, yaitu mengajarkan karakter yang baik dan mendisiplinkan anak berperilaku sesuai dengan apa yang telah diajarkan. Dalam keluarga anak akan memiliki figure ayah dan ibu.

Dalam artikel ini penulis melakukan praktikum pendampingan kepada seorang perempuan berusia 20 tahun berinisial S. S merupakan mahasiswa jurusan ilmu komunikasi dan hidup dalam lingkungan keluarga yang melakukan KDRT. Ayah dari S ini sering melakukan KDRT kepada sang ibu. Tidak hanya kekerasan, tapi sang ayah tidak menjalani tugasnya sebagai layaknya seorang suami dan ayah bagi anak dan istrinya. Ia bisa dibilang seorang pengangguran yang tidak memiliki pekerjaan. S ini juga merupakan anak perama dari delapan bersaudara. Adiknya ini kebanyakan masih berusia anak dan ada balita juga. Dari isu permasalahan tersebut, timbul sikap klien yang mudah emosi dan mudah untuk menilai negatif akan suatu hal yang bahkan belum terjadi dan dialami oleh dirinya. Dilihat dari posisi klien sebagai anak perempuan pertama, menjadi dirinya bukanlah hal yang mudah. Banyak tekanan yang ia rasakan dalam keluarga sebagai anak dan kakak pertama.

Fokus utama penulis dalam artikel ini adalah pada anak korban KDRT yang menghasilkan pikiran negatif yang datang dari dalam dirinya, sebagai sesuatu hasil dari perilaku sang ayah kepada ibunya yang melakukan Kekerasan Dalam Rumah tangga dan ketidakberfungsian ayah sebagai kepala keluarga. Memiliki seorang ayah yang berfungsi sebagaimana mestinya memang bukanlah hal yang mudah untuk diterima langsung oleh seseorang. Akan ada penolakan yang terjadi pada diri sendiri ketika kenyataan

Jurnal Pengabdian dan Penelitian Kepada Masyarakat (JPPM)	e ISSN: 2775 - 1929 p ISSN: 2775 - 1910	Vol. 2 No.2	Hal: 95 - 103	Agustus 2021
--	--	-------------	---------------	--------------

yang ada tidak sesuai dengan sebagai mestinya. Karena hal tersebut, S mempunyai emosional yang kurang stabil. Dengan emosional nya, S juga pada awalnya sering mempunyai prasangka negatif akan sesuatu hal yang akan dan belum terjadi. Hal ini merupakan hal wajar dilakukan oleh seseorang yang hidup dalam tekanan. Tetapi, apabila hal tersebut terus dilakukan secara terus menerus dan berkelanjutan maka akan menimbulkan permasalahan yang lain dan membuat hidup tidak nyaman dengan diri sendiri dan sekitar pula.

Dengan permasalahan yang dialami oleh diri klien tersebut, penulis memilih *Client-centered therapy* sebagai metode intervensi yang akan diberikan kepada klien. Dengan kata lain, karena sifat yang muncul dalam diri klien membuat dirinya tidak lebih baik maka penulis mencoba untuk fokus pada diri klien dengan membantu klien mengenali dan memahami perasaan sesungguhnya. Rogers (1951) mengemukakan bahwa setiap individu memiliki keinginan bawaan untuk sepenuhnya mengembangkan semua potensi yang berfungsi untuk mempertahankan dan / atau meningkatkan individu (aktualisasi diri). Keinginan melihat pergerakan dari heteronomi (kontrol oleh kekuatan eksternal) ke otonomi (kontrol kekuatan dalam). Hal ini dipantau melalui proses penilaian organismik, sehingga menjadi penilaian yang individu dan meningkatkan kehidupan melalui 'fleksibilitas terbuka untuk pengalaman dalam dan luar' (Quinn, 1993, hal 10). Dengan kata lain, individu ditarik, melalui keinginan bawaan untuk mengaktualisasikan diri dan proses penilaian organisme, ke apa yang meningkatkan potensi penuh mereka. Rogers (1951) berpendapat bahwa ketidaksesuaian dan psikopatologi terjadi ketika ada ketidaksesuaian antara heteronomi dan otonomi individu dan orang tersebut.

Dalam praktik yang berpusat pada klien, penting bagi terapis untuk berdiskusi secara terbuka dengan klien jika mereka yakin bahwa tindakan yang dilakukan klien menempatkan mereka pada risiko. Mungkin ada situasi ketika seorang terapis merasa tidak nyaman dengan pilihan klien, lebih karena perbedaan nilai daripada fakta bahwa klien tidak kompeten untuk membuat pilihan itu. Terapis harus menjelaskan dengan jelas kapan mereka tidak dapat mendukung klien dalam mengejar rencana tindakan (Law et al., 1995).

*Client-centered therapy* adalah sebuah metode intervensi yang di populerkan oleh psikolog ternama, Carl Rogers. Pada awal 1939, Rogers mengembangkan teorinya tentang psikoterapi dengan anak-anak bermasalah, dan melanjutkan untuk memperluas pendekatan teoretisnya ia memasukkan pekerjaan dengan pasangan, keluarga, dan kelompok termasuk teori motivasi dan pengembangan kepribadian, serta teori interaksi kelompok dan hubungan interpersonal (Witty, 2012). Selama karirnya yang panjang, Rogers mengekstrapolasi nilai-nilai yang berpusat pada klien untuk pendidikan, pernikahan, pertemuan kelompok, kekuatan pribadi, dan resolusi konflik (Rogers, 1969, 1970, 1972).

Rogers dalam (Bott, 2001) mengatakan bahwa:

“Praktik, teori dan pendampingan memperjelas bahwa pendekatan yang berpusat pada orang dibangun di atas kepercayaan dasar pada orang tersebut ... itu berkembang di atas kecenderungan aktualisasi yang ada dalam setiap kecenderungan organisme hidup untuk tumbuh, berkembang, untuk mewujudkan potensi penuhnya. Inilah mengapa menjadi mempercayai aliran konstruktif manusia menuju perkembangan yang lebih kompleks dan lengkap. Dan arah aliran inilah yang ingin kami lepaskan.”

Tujuan dari filosofi yang berpusat pada [klien] adalah untuk menciptakan lingkungan yang peduli, bermartabat dan memberdayakan di mana klien benar-benar mengarahkan jalannya perawatan mereka dan menggunakan sumber daya batin mereka untuk mempercepat proses penyembuhan" (MatheisKraft, George, Olinger & York , 1990, hlm. 128).

Menurut Hill dan Corbett (1993) Rogers berkembang melalui tiga tahap teoritis. Yang pertama, saat meneliti di Ohio State University, dideskripsikan sebagai fase 'pencerminan'. Hal ini dijelaskan dalam buku besar pertama Rogers, *Konseling dan Psikoterapi* (Rogers, 1942) dengan alasan bahwa hanya refleksi yang jelas, mendukung dan akurat dari ekspresi klien yang diperlukan untuk memicu pertumbuhan dan perubahan yang positif. Memperluas fenomena ini, Roger

Jurnal Pengabdian dan Penelitian Kepada Masyarakat (JPPM)	e ISSN: 2775 - 1929 p ISSN: 2775 - 1910	Vol. 2 No.2	Hal: 95 - 103	Agustus 2021
--	--	-------------	---------------	--------------

menghasilkan buku besar keduanya, *Client-centered therapy* (Rogers, 1951), sebagai awal dari fase teoritis keduanya. Fase ini beralih dari refleksi belaka menjadi keyakinan bahwa terapis harus memiliki sikap tentang perasaan kliennya dan kapasitas mereka untuk berubah. Terapis masih tetap non-direktif tetapi akan memperhatikan kerangka acuan tertentu yang diungkapkan klien, daripada mencerminkan secara umum. Fase ini juga memberikan arti penting dan definisi untuk fenomenologi klien (yaitu, teori realitas ganda), proses penilaian organisme dan aktualisasi diri bawaan. Juga, Rogers (1951) menyarankan agar benar-benar efektif terapis harus memiliki dan menunjukkan kepada klien hal positif tanpa syarat (yaitu, tidak ada penilaian), dan keaslian (yaitu, empati yang akurat dan refleksi perasaan). Istilah-istilah ini akan dijelaskan di bawah ini dan dievaluasi untuk akurasi dasarnya. Organisme manusia dipahami sebagai sistem terbuka yang bertujuan dalam proses pertukaran aktif dengan realitas dalam dan luar yang dirasakan pada pelayanan kecenderungan aktualisasi (Bott, 2001).

Kondisi psikologis yang diperlukan dan cukup untuk membawa perubahan kepribadian yang konstruktif menurut (Rogers 1957: 95) ini adalah:

- 1) Dua orang berada dalam kontak psikologis.
- 2) Yang pertama, yang akan kami sebut klien, berada dalam kondisi tidak nyaman, rentan dan cemas.
- 3) Yang kedua, yang akan kita sebut terapis, adalah kongruen dan terintegrasi dalam hubungan.
- 4) Terapis mengalami penghargaan positif tanpa syarat untuk klien.
- 5) Terapis mengalami pemahaman empatik dari kerangka acuan internal klien dan upaya untuk mengkomunikasikan ini kepada klien.
- 6) Komunikasi kepada klien dari pemahaman empatik terapis sampai batas minimal tercapai.

Penulis memilih penelitian diatas karena Kekerasan Dalam Rumah Tangga merupakan hal yang tidak wajar dan masih banyak keluarga yang terjebak dalam masalah ini. Tujuan dari ditulisnya artikel ini adalah untuk mengetahui efektivitas dari metode intervensi *client-centered therapy*. Dan bertujuan untuk memberikan pelajaran meningkatkan *awereness* kepada pembaca akan besarnya dampak dari KDRT ini bagi anak dan anggota keluarga lainnya.

## METODE

Metode penenelitian yang digunakan penulis dalam penulisan artikel ini adalah metode deskriptif dengan riset aksi dan studi kepustakaan. Kegiatan dan aksi dilakukan setelah melalui proses asesmen terlebih dahulu, kemudian dilanjutkan dengan perancangan kegiatan, dan evaluasi. Studi kepustakaan merujuk pada referensi yang diambil dari beberapa artikel dan buku yang membahas tentang teknik intervensi *Client-centered therapy* yang digunakan dalam proses intervensi permasalahan klien diatas.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penulis melakukan riset aksi yang dilakukan selama kurang lebih delapan minggu terhadap individu berinisial S setelah melalui proses asesmen terlebih dahulu selama dua minggu, lalu dilanjutkan dengan proses perencanaan strategi intervensi sebelum memulai proses intervensi selama kurang lebih dua minggu. Penulis menggunakan teknik intervensi *Client-centered therapy* yang berfokus pada individu sebagai klien. Berikut dilampirkan table tantang gambaran rancangan intervensi selama empat minggu.

**Table 1**  
**Ringkasan Tahapan Intervensi**

Tujuan	Kegiatan
<b>Pertemuan Pertama</b>	
Praktikan memberikan informasi serta pemahaman tentang apa yang sebenarnya terjadi pada klien S.	Pertemuan pertama ini diawali dengan praktiks yang bertanya kabar klien seminggu kebelakang. Hal ini dilakukan sebagai pencair suasana awal untuk menuju tahap selanjutnya. Setelah itu praktikan mulai menjelaskan tentang apa itu <i>Client-centered therapy</i> dan bagaimana metode itu bekerja dalam memperbaiki diri klien. Dan langkah terakhir memberi tahu klien secara bertahap apa yang terjadi sebenarnya pada diri klien akibat dari apa yang dilakukan ayahnya terhadap ibunya.
Mengidentifikasi pola pikir klien terhadap dirinya sendiri dan orang lain yang berinteraksi dengannya.	Praktikan bertanya tentang pemikiran negatif yang ia pikirkan tentang orang. Lalu praktikan juga memberi tahu bahwa apa yang ia pikirkan dan lakukan terhadap orang lain dan dirinya merupakan sikap yang tidak benar
<b>Pertemuan kedua</b>	
Melihat perkembangan dari sesi pertama	Klien bercerita tentang permasalahan awal dari mengapa ia bisa memiliki pemikiran negatif dan memiliki <i>trust issues</i> kepada orang baru yang ia temui. Klien juga bercerita tentang apa yang terjadi pada ibunya karena ayahnya. Ia terpuak dan merasa tidak nyaman dengan apa yang dilakukan sang ayah kepadada ibu.
Mendorong klien untuk mencoba mengubah pola pikir akan pemikiran negatifnya	Praktikan mencoba mendengarkan apa yang dirasa oleh klien
<b>Pertemuan ketiga</b>	
Menguraikan perasaan apa yang dirasakan oleh klien	Karena intervensi ini memfokuskan pada diri klien itu sendiri, praktikan meminta klien untuk mengemukakan hal kurang baik apa yang ada dalam pikirannya.
Mengakui bahwa apa yang dilakukan klien kurang baik	Praktikan membiarkan klien untuk bercerita tentang dirinya dan permasalahannya lalu mendengarkan dengan seksama apa yang dirasakan oleh klien.
<b>Pertemuan keempat (Tahap Terminasi)</b>	
Melakukan evaluasi terhadap pertemuan-pertemuan sebelumnya	Praktikan bertanya pada klien apa yang ia rasakan setelah melakukan pendampingan ini. Klien menjelaskan terjadinya perubahan pola pikir pada dirinya.
Mengakhiri pendampingan	Dilakukannya terminasi

Sumber: Laporan Kegiatan Pendampingan, 2021

## Hasil Asesmen

### 1. Masalah Awal

S merupakan wanita berusia 20 tahun. Ia adalah seorang mahasiswa Ilmu Komunikasi semester empat. Sebelumnya kami cukup kenal satu sama lain. Ketika penulis menawarkan diri untuk melakukan konseling, kebetulan dia ini memang sedang dalam keadaan membutuhkan seseorang untuk sekedar mendengarkan keluh kesahnya dan membantu meringankan bebannya.

Isu permasalahan S ini cukup kompleks. Ayah dari S ini sering melakukan KDRT kepada sang ibu. Tidak hanya

kekerasan, tapi sang ayah tidak menjalani tugasnya sebagai layaknya seorang suami dan ayah bagi anak dan istrinya. Ia bisa dibilang pengangguran. S ini merupakan anak perama dari delapan bersaudara. Adiknya ini kebanyakan masih berusia anak-anak dan balita juga. Kebetulan S dan ketiga adiknya ini tinggal Bersama sang kakek dan nenek, yang mana berbeda kota tempat tinggal dengan ayah, ibu dan keempat adiknya yang lain.

### 2. Pendalaman Masalah

Penulis mendapatkan informasi lebih dalam lagi bahwa dari permasalahan tersebut, timbul sikap klien yang mudah emosi dan

Jurnal Pengabdian dan Penelitian Kepada Masyarakat (JPPM)	e ISSN: 2775 - 1929 p ISSN: 2775 - 1910	Vol. 2 No.2	Hal: 95 - 103	Agustus 2021
--	--	-------------	---------------	--------------

mudah untuk menilai negatif akan suatu hal. Dilihat dari posisi klien sebagai anak perempuan pertama, menjadi dirinya bukanlah hal yang mudah. Banyak tekanan yang ia rasakan dalam keluarga sebagai anak dan kakak pertama.

Ayah dari S ini sering melakukan KDRT kepada sang ibu. Tidak hanya kekerasan, tapi sang ayah tidak menjalani tugasnya sebagai layaknya seorang suami dan ayah bagi anak dan istrinya. Ia bisa dibilang pengangguran. S ini merupakan anak perama dari delapan bersaudara. Adiknya ini kebanyakan masih berusia anak dan ada balita juga. Kebetulan S dan ketiga adiknya ini tinggal Bersama sang kakek dan nenek, yang mana berbeda kota tempat tinggal dengan ayah, ibu dan keempat adiknya yang lain.

Pada kamis (25/03/2021), penulis menyimpulkan atas isu permasalahan dari S ini. Terbesit perceraian dalam pikiran klien, tetapi banyak alasan lain yang perlu di pertimbangkan juga. Pada awalnya, tidak ada yang tahu jika ibu klien ini diperlakukan kasar oleh sang ayah. Bahkan kakek dan nenek nya pun tidak tahu. Penulis mencoba menyarankan klien untuk melakukan konsultasi terlebih dahulu kepada orang yang dia rasa memiliki peran kuat dalam hidupnya. Kakeknya lah yang akhirnya menjadi orang yang dia percaya. S ini mulai menceritakan kejadian-kejadian tentang ibunya pada sang kakek. Kakeknya pun shock dengan apa yang dilakukan oleh menantunya itu.

Kami bertemu kembali, pada sabtu sore tanggal (03/04/2021) Kami bertemu secara tatap muka dengan tetap menjalankan protocol kesehatan. Seperti biasa pada awal penulis selalu bertanya bagaimana kabarnya, bagaimana perasaan dia satu minggu kemarin, dan kegiatan apa yang sedang dia lakukan. Penulis bertanya seperti itu agar tidak ada gap antara penulis dengan dia sebagai pekerja sosial dan klien.

Seperti biasa, S ini selalu ceria dan bahagia. Walau kenyataannya, kehidupannya tidaklah semudah yang orang pikirkan. Ketika penulis bertanya bagaimana perkembangan permasalahan dia dengan keluarga, dia menjawab ternyata ayahnya melakukan kekerasan kembali pada ibunya. Ayah si klien juga memukul adiknya yang berusia sekitar 5-6 tahun. Ternyata sang ibu bercerita pada klien secara diam-diam lewat ponsel yang dimiliki adik keduanya. Saat kejadian itu ada rasa benci

dan marah klien pada ayahnya. Lalu saat itu, penulis mendengar dengan seksama bagaimana raut wajah ia bercerita, kemudian penulis juga melakukan kontak verbal seperti memegang punggungnya dan mengusaap perlahan agar dia merasa lebih tenang. Dia mengeluarkan air matanya saat itu juga. Penulis membiarkan dia untuk mengeluarkan amarahnya lewat air mata karena penulis selalu berpikiran bahwa menangis terkadang bisa menjadi jalan keluar saat semuanya tidak memungkinkan. Setidaknya, ketika air mata mengalir ada rasa sedih/amarah/senang yang dapat disalurkan lewat air mata.

Singkat cerita, setelah S bercerita apa yang terjadi oleh dirinya dalam hati penulis sebenarnya sedih juga dan ingin menangis. Tetapi penulis menahan karena ketika S bersedih maka hadirnya penulis di hadapan dia untuk menguatkan bukan untuk ikut menangis. Dari sini penulis mulai merespon cerita yang telah ia ceritakan. Penulis selalu bilang pada klien bahwa kamu (S) adalah wanita hebat. Kamu ada sampai saat ini merupakan hal yang luar biasa. Ketika orang seusia mu diluar sana sedang bersuka cita dengan kekasihnya, kamu disini sedang berjuang dengan sangat mulia untuk keluarga kamu. Penulis tidak menyalahkan dan membenarkan apa yang dilakukan pemuda pemudi diluaran sana, penulis hanya mengucapkan apa adanya bahwa S ini memang wanita yang kuat dan hebat. Penulis percaya bahwa apa yang kita ucapkan pada orang lain apalagi pada diri sendiri itu merupakan sugesti yang sangat baik, bahwa apa yang kita ucapkan dan pikirkan adalah apa yang akan terjadi dengan diri kita. Penulis selalu bilang pada S, seberat apapun masalah yang kamu punya, jangan pernah berpikir bahwa kamu sendirian. Karena faktanya banyak orang yang mendoakan kamu, dan mensupport kamu.

Setelah apa yang terjadi dan dialami oleh S, penulis berpikir bahwa permasalahan yang dia hadapi bukan hanya perlu pekerja sosial tetapi mungkin perlu bantuan KOMNAS perlindungan anak dan perempuan. Tetapi melihat situasi dan kondisi klien saat ini, langkah itu dirasa belum dapat dilakukan dalam waktu dekat. Butuh support yang lebih, butuh kekuatan baik dari klien dan keluarga yang lainnya juga. Sesuai dengan apa yang telah ibu bapak dosen pengampu MK praktikum kemarin ini, penulis melakukan apa yang bisa penulis lakukan pada klien saat ini.

Jurnal Pengabdian dan Penelitian Kepada Masyarakat (JPPM)	e ISSN: 2775 - 1929 p ISSN: 2775 - 1910	Vol. 2 No.2	Hal: 95 - 103	Agustus 2021
--	--	-------------	---------------	--------------

Penulis menguatkan dia lewat komunikasi dan sugesti positif pada dia. Penulis selalu melihat perkembangan perilaku yang dilakukan klien ini. Mungkin di awal S ini orang cukup keras kepala dan menyangkal. Tapi seiring berjalannya waktu, alhamdulillah dia bisa merubah perilakunya. Dia menjadi pribadi yang menerima apa yang orang lain kritik (ketika kritik yang dituju baik dan benar adanya). Penulis melihat dia sebagai seorang pekerja sosial bangga dengan apa yang telah dia lakukan sejauh ini. Ketika ia meminta saran, penulis selalu menegaskan bahwa apa yang penulis sarankan bukanlah pilihan yang harus dia lakukan. Penulis selalu menerapkan prinsip self determination, bahwa semuanya kembali pada diri klien. Penulis disini hanya sebagai konselor dan tidak berhak menentukan pilihan S ini. Penulis juga selalu menegaskan, walau penulis memang teman klien. Tapi penulis tidak akan selalu ada untuk setiap permasalahan dia sebagai pekerja sosial, karena penulis tahu bahwa penulis tidak boleh memberikan rasa ketergantungan pada S.

Dengan permasalahan awal tersebut, klien sering memiliki pemikiran negatif akan sesuatu hal yang belum terjadi. Terkadang klien juga memiliki trust issues terhadap seseorang bahkan lawan jenis. Merasa takut untuk berhubungan dengan lawan jenis dan susah untuk mempercayainya dikarenakan apa yang telah ayahnya lakukan pada ia dan ibunya membuat trauma mendalam dalam hidupnya.

*Client centered therapy* merupakan salah satu terapi yang difokuskan pada pertanggung jawaban dan kapasitas klien untuk menemukan cara agar bisa menghadapi realitas, pada pribadi klien bukan pada problema yang dikemukakan oleh klien. Sasaran dari terapi ini bukan hanya sekedar menyelesaikan problema, tetapi membantu klien dalam proses pertumbuhannya, sehingga dia akan bisa lebih baik menangani problemanya di masa sekarang dan masa depan. Selain itu, yang paling penting adalah terapis dapat menciptakan suasana kondusif yang bisa menolong klien menjadi individu yang berfungsi secara penuh. *Client-centredness* adalah filosofi praktik yang dibangun di atas konsep yang mencerminkan perubahan dalam sikap dan keyakinan klien dan terapis okupasi. Ada sejumlah konsep yang menjadi dasar dari pendekatan yang berpusat pada klien (Law et al., 1995).

Rogers (1961) percaya bahwa klien biasanya tahu lebih baik daripada terapis mereka bagaimana melanjutkan terapi dan mengemukakan tiga 'kondisi inti' untuk konseling yang berpusat pada klien, atau 'rogerian' yang efektif:

- 1) Keaslian, di mana terapis harus memiliki hubungan yang terbuka dan jujur dengan klien mereka.
- 2) Hormat tanpa syarat, di mana terapis harus menerima klien mereka sebagai individu yang berhak untuk dihormati dan dirawat.
- 3) Pemahaman empati, dimana terapis harus menunjukkan kepekaan terhadap perasaan klien mereka.

Intervensi dengan metode *Client-centered therapy* ini efektif dalam pendampingan menangani pikiran negatif pada anak korban KDRT. *Treatment* diawali dengan mengutarakan apa yang dirasakan klien. Penulis meminta klien untuk mengeluarkan apa yang ada dipikiran klien. Tidak ada perlakuan/tindakan khusus dari *treatment* yang dilakukan oleh penulis pada klien ini, karena memang pada dasarnya *Person-Centered Therapy* ini berpusat pada diri klien itu sendiri. Penulis berupaya untuk meminimalisir rasa diri terancam, dan memaksimalkan dan serta menopang eksplorasi diri. Melalui penerimaan terhadap klien, penulis juga membantu untuk menyatakan, mengkaji dan memadukan pengalaman-pengalaman klien sebelumnya ke dalam konsep diri. Komunikasi yang baik antara pekerja sosial dan klien merupakan kunci sukses dari *treatment* ini.

Konseling rogerian adalah lambang dari bentuk psikologi humanistic. Konseling rogerian juga telah diberi label terlalu emosional dan subyektif, dan tidak dapat menghasilkan hasil yang digambarkan dalam, misalnya, laporan Lord Layard (2006) tentang terapi untuk depresi dan kecemasan. Laporan ini menjadi alasan yang baik untuk implementasi terapi psikologis, terutama kognitif, setidaknya dalam beberapa bentuk gangguan mental, tetapi mungkin terapi humanistik tidak boleh ditinggalkan begitu saja. Bagaimanapun, upaya sebelumnya untuk menekankan *behaviourisme* dan korelasi kognitifnya menyebabkan para praktisi mereka akhirnya mengakui perlunya overlay humanistik, dan menolak pendekatan didaktik dan terlalu formulaik.

Jurnal Pengabdian dan Penelitian Kepada Masyarakat (JPPM)	e ISSN: 2775 - 1929 p ISSN: 2775 - 1910	Vol. 2 No.2	Hal: 95 - 103	Agustus 2021
--	--	-------------	---------------	--------------

Setelah dilakukannya asesmen kepada klien, penulis melakukan intervensi yang telah direncanakan. Setelah proses intervensi berhasil dan membuahkan suatu hasil, terjadilah kesepakatan antara kedua belah pihak (klien dan praktikum) untuk melakukan terminasi. Terminasi dilakukan dengan syarat klien telah merasakan perubahan dalam dirinya sendiri. Selain teknik intervensi *Client-centered Therapy*, banyak faktor lain yang mendukung keberhasilan pendampingan ini. Menurut (Rogers) terdapat enam kondisi yang diperlukan dan dianggap cukup untuk bisa menciptakan perubahan kepribadian, di antaranya:

- 1) Ada dua orang dalam kontak psikologis.
- 2) Orang pertama adalah klien yang datang karena mengalami hal yang tidak kongruen.
- 3) Orang kedua adalah terapis yang kongruen dan terinterasi dalam hubungan itu.
- 4) Terapis menaruh perhatian positif yaitu betul-betul peduli terhadap klien.
- 5) Terapis mengalami pemahaman secara empati terhadap ukuran internal dengan klien membentuk sikap atau keputusan dan usaha untuk mengkomunikasikannya dengan klien.
- 6) Yang dikomunikasikan kepada klien yang berupa pemahaman empati dan perhatian positif tanpa syarat itu diterima dalam tingkat yang minim.

Keenam kondisi tersebut berhasil dilakukan dalam praktikum kali ini, baik praktikan maupun klien bisa saling kooperatif dan saling menghargai satu sama lain. Pengaplikasian *Client-centered therapy* dalam kasus permasalahan pola pikir negatif merupakan salah satu cara yang efektif yang dapat membantu praktikan dalam proses intervensi yang baik dan saling pengertian. Alur pelaksanaan pendampingan harus ditulis dengan rinci dan jelas sehingga peneliti lain dapat melakukan pendampingan yang sama (*repeatable and reproduceable*). Hasil pendampingan dalam bentuk data merupakan bagian yang disajikan untuk menginformasikan hasil temuan dari pendampingan yang telah dilakukan. Ilustrasi hasil pendampingan dapat menggunakan grafik/tabel/gambar. Tabel dan grafik harus dapat dipahami dan diberi keterangan

secukupnya. Hasil yang dikemukakan hanyalah temuan yang bermakna dan relevan dengan tujuan pendampingan. Dalam Pembahasan dikemukakan keterkaitan antar hasil pendampingan dengan teori, perbandingan hasil pendampingan dengan hasil pendampingan lain yang sudah dipublikasikan. Pembahasan menjelaskan pula implikasi temuan yang diperoleh bagi ilmu pengetahuan dan pemanfaatannya.

## KESIMPULAN

Setelah dilakukannya proses pertolongan pekerjaan sosial yang kurang lebih 8 minggu ini, klien memiliki permasalahan yang berfokus pada mindset. Pikiran negatif dan trust issues merupakan dua inti masalah yang dialaminya. Permasalahan yang dimiliki oleh klien dipicu oleh permasalahan eksternal diluar dirinya sendiri. Dalam lamanya waktu pendampingan ini, penulis sebagai konselor dan pendamping klien mencoba untuk menggali akar permasalahan yang dialaminya. Setelah proses assessment dengan S mencoba memberi opsi pilihan kepada klien untuk memilih metode terminasi mana yang ia pilih. S memilih *Client-centered therapy* sebagai jalan keluarnya. Pada awalnya penulis berpikir untuk melakukan konseling keluar atau advokasi dengan pihak ketiga sebagai metode intervensi, karena melihat awal permasalahannya adalah masalah keluarga KDRT yang dilakukan oleh sang ayah. Tapi melihat situasi dan kondisi yang tidak memungkinkan penulis berfikir untuk fokus saja kepada apa yang dirasakan oleh klien dan membantunya untuk memperbaiki apa yang salah pada dirinya.

Proses *treatment* pun berjalan dengan baik, klien dan praktikan pun saling berkolaborasi satu sama lain. Hal ini juga yang memudahkan proses intervensi. Dengan komunikasi yang dilakukan secara baik dan tepat, klien dan konselor pun akan merasa nyaman dengan sesi pendampingan yang telah dilakukan. Dengan *treatment* yang dilakukan oleh konselor, akhirnya klien berhasil memperbaiki apa yang kurang tepat dalam dirinya sendiri.

Klien merasa terbantu dengan adanya pendampingan ini. Ia mendapatkan pelajaran baru dalam hidupnya. Ia pun mampu menjadi pribadi yang lebih baik lagi. Bagi penulis pun,

Jurnal Pengabdian dan Penelitian Kepada Masyarakat (JPPM)	e ISSN: 2775 - 1929 p ISSN: 2775 - 1910	Vol. 2 No.2	Hal: 95 - 103	Agustus 2021
--	--	-------------	---------------	--------------

praktik pekerjaan sosial mikro ini banyak memberikan pelajaran hidup baru. Penulis merasa bahwa permasalahan yang dialami oleh klien merupakan guru kehidupan untuk penulis pribadi. Penulis juga menjadi belajar dan terus berproses untuk menjadi manusia yang lebih baik lagi dari sebelumnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, K. L. (2018). Gender, Status, and Domestic Violence: An Integration of Feminist and Family Violence Approaches. *Domestic Violence*, 59(3), 263–277. <https://doi.org/10.4324/9781315264905-20>
- Bott, D. (2001). Client-centred therapy and family therapy: A review and commentary. *Journal of Family Therapy*, 23(4), 361–377. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00190>
- Correy, Gerald. 1995. Teori dan praktek dari konseling dan psikoterapi. Edisi ke 4. Diterjemahkan oleh : Drs. Mulyarto. Semarang : IKIP Semarang Press.
- Hill, C.E. & Corbettbehs, M. (1993) A perspective on the history of process and outcome research in counselling psychology. *Journal of Counselling Psychology*, 40, 3–24.
- Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT): Persoalan Privat yang Jadi Persoalan Publik. (2014). Retrieved May 22, 2021, from [Kemenkumham.go.id](http://Kemenkumham.go.id)
- Law, M., Baptiste, S., & Mills, J. (1995). Client-centred practice: What does it mean and does it make a difference? *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 62(5), 250–257. <https://doi.org/10.1177/000841749506200504>
- Layard R (2006) The Depression Report: A New Deal for Depression and Anxiety Disorders. Centre for economic Performance Mental health group, London.
- Matheis-Kraft, C., George, S., Olinger, M.J., & York, L. (1990). Patient-driven healthcare works. *Nursing Management*, 21, 124-128.
- Quinn, R.H. (1993) *Confronting Carl Rogers: a developmental-interactional approach to personcentered therapy*. *Journal of Humanistic Psychology*, 33, 6–23.
- Ramadhani, P. E., & Krisnani, H. (2019). Analisis Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Anak Remaja. *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial*, 2(1), 109. <https://doi.org/10.24198/focus.v2i1.23126>
- ROGERS, C. (1942) *Counselling and psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers C (1961) *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Constable, London.
- Rogers, C.R. (1957) The necessary and sufficient conditions of personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 21: 95–103.
- Ulfa Danni Rosada. (2018). *MODEL PENDEKATAN KONSELING CLIENT CENTERED DAN PENERAPANNYA DALAM PRAKTIK*. 68–70.
- Witty, M. C. (2012). *Client Centred Therapy (New Ed)*. 849.