

# BAB I

## PENDAHULUAN

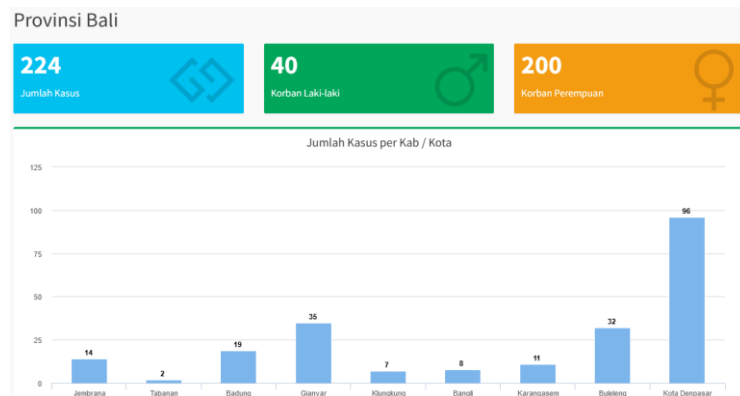
### 1.1 Latar Belakang

Perkembangan manusia mulai sejak sampai meninggal dapat dikelompokkan menjadi beberapa kategori, yakni bayi, anak-anak, remaja, dan dewasa. Perkembangan manusia dapat juga dilihat dari kemampuan motorik, perkembangan berpikir, dan aspek-aspek lainnya. Masa perkembangan manusia yang paling menonjol dan cukup krusial adalah masa remaja. Di masa remaja, manusia beralih dari masa anak-anak menuju dewasa. Beragam perubahan tubuh pun mulai terlihat. Misalnya pada perempuan mulai tumbuh payudara, menstruasi, bulu di ketiak dan vagina, pinggul melebar, dan perubahan tubuh lainnya. Sedangkan, pada laki-laki mulai tumbuh jakun, bulu di ketiak dan penis, suara memberat, dan perubahan fisik lainnya. Tidak hanya perubahan fisik, cara berpikir pun ikut berubah. Mereka akan mulai mencoba-coba sesuatu yang terlihat menarik. Dan kerap kali tidak memikirkan konsekuensi yang akan diterima dari perbuatan yang dilakukan. Misalnya mencoba rokok, obat-obatan terlarang, seks yang tidak aman, dan lain sebagainya.

Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Masa remaja adalah masa peralihan atau masa transisi dari anak menuju masa dewasa. Pada masa ini begitu pesat mengalami pertumbuhan dan perkembangan baik itu fisik maupun mental (Diananda, 2019). Hurlock (Budiyono

& Faishol, 2020) mengatakan bahwa psikologis masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa. Remaja merupakan peralihan antara masa kehidupan anak dan masa kehidupan orang dewasa. Bila ditinjau dari segi tubuhnya, mereka terlihat sudah dewasa tetapi jika mereka diperlakukan sebagai orang dewasa ternyata belum dapat menunjukkan sikap dewasa (Budiyono & Faishol, 2020).

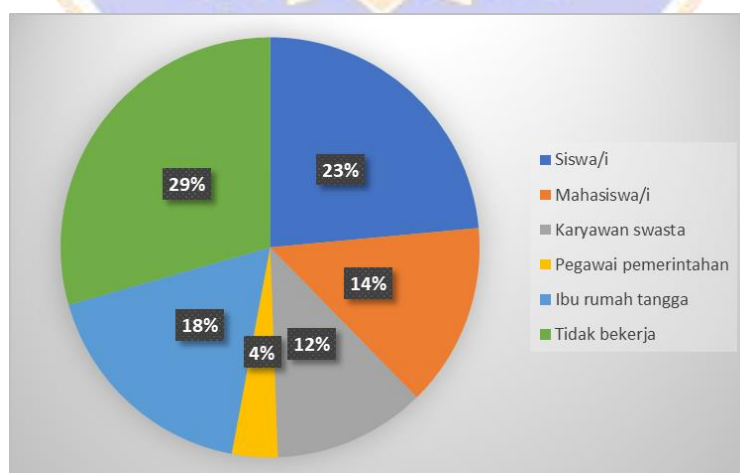
Menurut WHO (Diananda, 2019), remaja terbagi dalam beberapa tahapan diantaranya adalah pra remaja (11 atau 12-13 atau 14 tahun), remaja awal (13 atau 14 tahun - 17 tahun), dan remaja lanjut (17-20 atau 21 tahun). Dalam penelitian ini remaja yang penulis maksudkan dan penulis jadikan sebagai subjek adalah siswa SMK N 1 Singaraja kelas X dan XI yang dikategorikan sebagai remaja awal yaitu berumur 15-17 tahun. Remaja memiliki hak untuk dilindungi dari kekerasan, eksploitasi, dan pelecehan, oleh karena itu orang tua dan orang dewasa (termasuk pemerintah) berkewajiban melindungi mereka. Namun pada faktanya masih banyak kekerasan pada remaja yang terjadi. Dalam data Simfoni remaja awal usia 13-17 tahun digolongkan sebagai anak dan menurut data atau Simfoni-PPA mengungkapkan per 1 Januari 2022 hingga saat ini ada 11.958 kasus kekerasan yang terjadi di Indonesia. Diantara 11.958 kasus yang terjadi 11.081 merupakan korban perempuan dan 1.836 merupakan korban laki-laki. Di Provinsi Bali menurut data Simfoni per 1 Januari 2022 hingga saat ini telah terjadi 120 kasus kekerasan pada anak (SIMFONI-PPA, 2022).



Gambar 1. 1  
Grafik Sebaran Kasus Kekerasan di Provinsi Bali  
(Sumber: SIMFONI-PPA)

Berdasarkan grafik tersebut, jumlah kasus kekerasan di Provinsi Bali paling banyak terjadi di Kota Denpasar (94 kasus), kemudian Kabupaten Gianyar (35 kasus), dan Kabupaten Buleleng (32 kasus). Survei yang dilakukan secara khusus pada bulan Mei – Juli tahun 2022 di Kabupaten Buleleng mengungkap beberapa fakta terkait kasus kekerasan.

Dari survei yang dilakukan secara khusus di bulan mei-juli tahun 2022 di kabupaten Buleleng didapatkan fakta bahwa dari 124 orang yang pernah menjadi korban kekerasan yang mengisi survei, 23% merupakan siswa/i.



Gambar 1. 2  
Persentase Korban Kekerasan Berdasarkan Profesi Korban

Dari data yang penulis dapatkan saat melaksanakan magang di Dinas Pengendalian Penduduk, Keluarga Berekana, Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak(DPPKBP3A) dari tahun 2021 sampai 4 juli terdapat 35 kasus kekerasan yang terjadi pada anak usia 13-17 tahun. DPPKBP3A mengategorikan remaja awal (usia 13-17 tahun) sebagai anak. Dalam kuisisioner yang penulis sebarkan pada siswa kelas X dan XI di SMK N 1 Singaraja yang berumur 15 sampai 17 tahun didapatkan data bahwa sebanyak 1006 siswa/i pernah mengalami kekerasan.

Kekerasan merupakan penganiayaan, penyiksaan, atau perlakuan salah. Reza(Setiawan, 2017). mengatakan bahwa kekerasan merupakan penggunaan kekuatan fisik dan kekuasaan, ancaman atau tindakan terhadap diri sendiri, perorangan atau sekelompok orang atau masyarakat yang mengakibatkan atau kemungkinan besar mengakibatkan memar atau trauma, kematian, kerugian psikologis, kelainan perkembangan atau perampasan hak. Di dalam World report on violence and health (WRVH) WHO mengatakan bahwa penggunaan kekuatan fisik atau kekuatan yang disengaja, terancam atau aktual, terhadap diri sendiri, orang lain, atau terhadap kelompok atau komunitas, yang memperoleh hasil atau memiliki kemungkinan tinggi mengakibatkan luka, kematian, bahaya psikologis, pembangunan yang tidak benar, atau kekurangan Istilah kekerasan didefinisikan sebagai“perilaku seseorang terhadap orang lain yang dapat menyebabkan kerusakan fisik atau psikis”(Children and Violence, 2010).

Dalam kamus Bahasa Indonesia, kekerasan diartikan dengan perihail yang bersifat, berciri khas, perbuatan seseorang yang menyebabkan cidera atau matinya orang lain atau menyebabkan kerusakan fisik, karena adanya paksaan, kekerasan

fisik seperti penganiayaan, pembunuhan, perampokan, hooliganisme, pemerkosaan terhadap anak gadis di bawah umur, bahkan hingga sodomi. Kekerasan yang mengakibatkan terjadinya kerusakan adalah kekerasan yang bertentangan dengan hukum (Kamus Besar Bahasa Indonesia). Oleh karena itu, kekerasan dapat dikatakan sebuah tindak kejahatan (Mayssara A. Abo Hassanin Supervised, 2014).

Dalam undang-undang No. 35 tahun 2014 remaja awal usia 13-17 tahun digolongkan dalam kategori anak dan disebutkan bahwa Kekerasan terhadap anak adalah setiap perbuatan terhadap Anak yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, psikis, seksual, dan/atau penelantaran, termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum. Dinas Pengendalian Penduduk, Keluarga Berencana, Pemberdayaan Perempuan dan Pelindungan Anak (DPPKBPPA) Kabupaten Buleleng menyampaikan bahwa Faktor penyebab terjadinya kekerasan pada anak atau remaja disebabkan oleh stress dalam keluarga. Stress dalam keluarga tersebut bisa berasal dari anak, orang tua (suami atau Istri), atau situasi tertentu. Stress berasal dari anak misalnya anak dengan kondisi fisik, mental, dan perilaku yang terlihat berbeda dengan anak pada umumnya. Stress yang berasal dari suami atau istri misalnya dengan gangguan jiwa (psikosis atau neurosa), orang tua sebagai korban kekerasan di masa lalu, orang tua terlampaui perfect dengan harapan pada anak terlampaui tinggi, orang tua yang terbiasa dengan sikap disiplin. Stress berasal dari situasi tertentu misalnya terkena suami/istri terkena PHK (pemutusan hubungan kerja) atau pengangguran, pindah lingkungan, dan keluarga sering bertengkar. Penyebab utama lainnya adalah kemiskinan, masalah hubungan sosial baik dalam keluarga atau komunitas, penyimpangan perilaku sosial (masalah

psikososial). Lemahnya kontrol sosial primer masyarakat dan hukum dan pengaruh nilai sosial kebudayaan di lingkungan sosial tertentu.

Tindak kekerasan juga sering kali disebut dengan bullying. Bullying merupakan segala bentuk penindasan atau kekerasan yang dilakukan dengan sengaja oleh satu orang atau sekelompok orang yang lebih kuat atau berkuasa terhadap orang lain, dengan tujuan untuk menyakiti dan dilakukan secara terus menerus. Kata bullying saat ini seringkali kita dengar atau sangat familiar di kalangan masyarakat. Tindakan bullying atau perundungan ini paling sering kita temui terjadi di lingkungan pendidikan. Selain bullying di lingkungan sekolah, bullying juga bisa terjadi di antara saudara kandung. Mirip dengan intimidasi sekolah, intimidasi saudara kandung mungkin tipe fisik, verbal, atau relasional; mungkin disengaja di alam; dapat diulang dari waktu ke waktu; dan mungkin termasuk ketidakseimbangan kekuasaan (Menesini et al. 2010). Komisi perlindungan anak Indonesia menyampaikan pada tahun 2020 tercatat 119 kasus perundungan atau bullying yang terjadi pada anak (Yuliani, 2013).

Dalam kuisisioner yang penulis sebarakan pada siswa kelas X dan XI di SMK N 1 Singaraja didapatkan data bahwa kekerasan yang terjadi pada sejumlah 1006 remaja atau siswa/i meliputi kekerasan fisik, verbal dan seksual. Dalam penelitian ini penulis memfokuskan jenis kekerasan yang penulis maksudkan meliputi kekerasan fisik, verbal dan seksual. Contoh dari kekerasan verbal yang terjadi adalah penghinaan fisik, penghinaan keluarga, ekonomi dan caci maki yang menyakiti hati korban yang dilakukan oleh orang sekitar dan keluarga. Contoh dari kekerasan fisik yang terjadi adalah pemukulan, pengroyokan yang dilakukan oleh teman, orang sekitar dan bahkan keluarga korban. Contoh

kekerasan seksual yang terjadi pada korban adalah pelecehan yang dilakukan oleh teman ayah korban, pelecehan yang dilakukan oleh pacar korban.

Kekerasan yang dialami oleh remaja tentu saja sangat berdampak pada kehidupan remaja korban kekerasan. Dari survey melalui kuisioner yang penulis sebarakan penulis mndapatkan informasi bahwa salah satu dampak dari kekerasan yang dialami oleh remaja adalah timbulnya kecemasan. Kecemasan merupakan keadaan psikologis seseorang yang penuh dengan rasa takut dan khawatir, dimana perasaan takut dan khawatir akan sesuatu hal yang belum pasti akan terjadi. Kecemasan berasal dari bahasa Latin (*anxius*) dan dari bahasa Jerman (*anst*), yaitu suatu kata yang digunakan untuk menggambarkan efek negatif dan rangsangan fisiologis (Muyasaroh et al. 2020). Menurut American Psychological Association (APA) dalam (Muyasaroh et al. 2020), kecemasan merupakan keadaan emosi yang muncul saat individu sedang stress, dan ditandai oleh perasaan tegang, pikiran yang membuat individu merasa khawatir dan disertai respon fisik (jantung berdetak kencang, naiknya tekanan darah, dan lain sebagainya). Gunarso, n.d,(dalam Wahyudi, Bahri, and Handayani 2019) menyatakan bahwa kecemasan atau *anxietas* adalah rasa khawatir, takut yang tidak jelas sebabnya.

Pengaruh kecemasan terhadap tercapainya kedewasaan, merupakan masalah penting di dalam perkembangan kepribadian. Kecemasan merupakan kekuatan yang besar dalam menggerakkan. Baik tingkah laku normal maupun tingkah laku yang menyimpang, yang terganggu, kedua-duanya merupakan pernyataan, penampilan, penjelmaan dari pertahanan terhadap kecemasan itu. Menurut Kholil Lur Rochman (dalam Sari 2020), “kecemasan merupakan suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai

reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman”. Perasaan yang tidak menentu itu pada umumnya tidak menyenangkan yang nantinya akan menimbulkan atau disertai perubahan fisiologis dan psikologis(Mellani & Kristina, 2021).

*Anxiety* atau kecemasan merupakan pengalaman yang bersifat subjektif, tidak menyenangkan, menakutkan dan mengkhawatirkan akan adanya kemungkinan bahaya atau ancaman bahaya dan seringkali disertai oleh gejala-gejala atau reaksi fisik tertentu akibat peningkatan aktifitas otonomik. Selain itu menurut pendapat dari (Sumirta et al. 2019) dalam penelitian yang berjudul “Intervensi Kognitif Terhadap Kecemasan Remaja Paska Erupsi Gunung Agung”, mengatakan bahwa “kecemasan merupakan ketegangan, rasa tidak aman, dan kekhawatiran yang timbul karena akan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan, tetapi sebagian besar sumber penyebab tidak diketahui dan manifestasi kecemasan dapat melibatkan somatik dan psikologis”(Rizza, 2019).

Hawari (dalam Candra et al. 2017) mengatakan bahwa “Kecemasan adalah gangguan alam perasaan yang ditandai dengan kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tetapi belum mengalami gangguan dalam menilai realitas, kepribadian masih tetap utuh dan perilaku dapat terganggu, tetapi masih dalam batas-batas normal”. Berdasarkan beberapa pengertian diatas maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah suatu perasaan khawatir dan takut yang bersifat lama pada sesuatu yang tidak jelas (subjektif) atau belum pasti akan terjadi dan berhubungan dengan perasaan yang tidak menentu dan tidak berdaya.

Hasil kuisisioner Dass21 yang penulis sebarakan pada 1006 remaja atau siswa/i kelas X dan XI di SMK N 1 Singaraja yang pernah mengalami kekerasan



didapatkan informasi bahwa sejumlah 500 remaja atau siswa/siswi mengalami gejala kecemasan berupa bibir dan mulut terasa kering, dada terasa sesak, nafas tidak lega, merasa gemetar, merasa resah memikirkan saat-saat mereka merasa panik dan bodoh, merasa panik, detak jantung tidak beraturan dan merasa cemas tanpa alasan yang jelas. Dari gejala-gejala yang penulis sebutkan di atas ada yang merasakannya sekali waktu saja, ada yang merasakannya hampir setiap saat dan ada yang merasakannya selalu setiap hari. Tingkat kecemasan dalam penelitian ini digolongkan menjadi 5 yaitu, normal, ringan, sedang, parah dan sangat parah.

Hasil wawancara yang penulis lakukan bersama 30 orang remaja atau siswa/i yang mengalami kecemasan dengan tingkat parah hingga sangat parah didapatkan informasi bahwa kecemasan yang terjadi pada korban disebabkan oleh pemikiran-pemikiran irasional yang muncul dalam pikiran korban. Karena korban menyampaikan hal yang membuat mereka cemas adalah pemikiran-pemikiran mereka yang belum tentu terjadi. Misalnya korban kekerasan verbal yang pernah dihina fisik dan keluarganya oleh beberapa oknum teman sebaya di sekolah menyampaikan bahwa korban lebih memilih menutup diri dan tidak mau bergaul dengan-dengan teman-teman di sekolah karena takut di kata-katai seperti sebelumnya. Selain itu terdapat juga korban kekerasan verbal dan fisik yang dilakukan oleh keluarganya sendiri, korban sempat melakukan percobaan bunuh diri karena berfikir bahwa kedua orang tua korban tidak menyayangi korban dan pemikiran irasional itu didukung dengan orang tua korban yang sibuk bekeja sehingga tidak memiliki waktu untuk korban dan dari yang korban sampaikan bahwa orang tuanya hanya memberikan uang tanpa menunjukkan kasih sayang dan sering kali korban diberikan kata-kata kasar dan terkadang korban dipukul saat

melakukan kesalahan kecil, korban juga menyampaikan bahwa seringkali ia berfikir untuk kabur dari rumah karena cemas akan diberikan kata-kata kasar dan dipukuli lagi.

Dalam kasus-kasus yang penulis teliti atau jadikan subjek penelitian sangat diperlukan teknik konseling yang bisa membantu untuk mengubah pemikiran-pemikiran irasional yang muncul pada remaja korban kekerasan yang menyebabkan terjadinya kecemasan pada remaja korban kekerasan. Dalam pandangan behavioral, perilaku dibentuk berdasarkan hasil dari segenap pengalamannya yang berupa interaksi individu dengan lingkungan sekitarnya yang membentuk sebuah kepribadian seseorang. Sedangkan Menurut Corey (Rahayu, 2017) pendekatan konseling behavioral merupakan konseling tingkah laku yang merupakan penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar. Pendekatan ini telah memberikan penerapan yang sistematis tentang prinsip-prinsip belajar dan perubahan tingkah laku kearah cara-cara yang lebih adaptif.

Teknik *Cognitive Restructuring* adalah sebuah metode dalam teori kognitif perilaku yang memusatkan perhatian pada upaya mengubah pikiran yang irasional ke dalam pikiran rasional. Dengan cara menerapkan langkah-langkah dalam menggunakan teknik *cognitive restructuring* yaitu mengidentifikasi pikiran dan masalah yang dialami korban, mengubah pikiran negatif menjadi positif dengan cara meminta korban untuk mengidentifikasikan pikiran yang muncul apakah rasional atau irasional, dan menerapkan penguatan positif kepada korban dengan cara mengulang-ulang kembali pertanyaan positif.

Inilah yang menyebabkan atau melatar belakangi mengapa penulis memutuskan untuk menggunakan teknik *cognitive restructuring* karena menurut penulis teknik ini sangat relevan digunakan untuk menghadapi permasalahan yang penulis temui di lapangan. Selain itu banyak pula penelitian yang telah menunjukkan bahwa penerapan konseling behavioral dengan berbagai teknik mampu untuk mengatasi kecemasan diantaranya adalah :

Penelitian yang dilakukan oleh Andi Cahyadi(2017) tentang “Efek Penggunaan *Cognitive Behavioral Play Therapy* Untuk Menurunkan Kecemasan pada remaja Yang Mengalami Gejala *Post-Traumatic Stress Disorder*”. Berdasarkan penelitian yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa ada penurunan kecemasan pada remaja yang memiliki gejala PTSD melalui terapi *Cognitive Behavioral Play Therapy (CBPT)*. Hal ini dapat dilihat dengan membandingkan hasil pengukuran menggunakan skala HARS pada saat sebelum dan setelah treatment yang menunjukkan adanya penurunan skor kecemasan(Cahyadi, 2017).

Selain itu ada juga penelitian yang dilakukan oleh Sri Fuji Astuti&Widodo Winarso tentang “Terapi Behavioral Dengan Teknik Desensitisasi untuk Mengatasi Kecemasan dalam Menyelesaikan Masalah Matematika”. Dalam penelitiannya didapatkan hasil bahwa penerapan terapi behavioral dengan teknik desensitisasi untuk mengatasi kecemasan dalam menyelesaikan masalah matematika. Melalui 9 tahapan dalam terapi behavioral mulai dari; pengkondisian, rasionalisasi, pemberian contoh relaksasi oleh konselor, konselor menyiapkan hierarki kecemasan yang telah disusun dalam bentuk paragraf yang mudah dibayangkan, tahap memunculkan stimulus kecemasan diselingi hal-hal

menyenangkan, mengamati dan mencatat perubahan sikap dan ekspresi konseli, dan melakukan evaluasi sebagai tindakan akhir terapi, baik setiap pertemuan maupun evaluasi secara keseluruhan(Sri Fuji Astuty & Winarso, 2021).

Ada juga penelitian yang dilakukan oleh M. Rifaldy, M. Syarafuddin & I Made Sonny Gunawan tentang “Pengaruh Teknik *Cognitive Restructuring* Terhadap Kecemasan Sosial Siswa”. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh positif teknik *cognitive restructuring* terhadap kecemasan sosial pada siswa. Lebih lanjut, penelitian ini terbatas pada siswa yang tergolong masih remaja awal dengan populasi yang kecil dan tidak memperhatikan gender untuk menilai tingkat kecemasan sosialnya. Selain itu, agar mendapatkan pemahaman yang lebih dalam tentang tingkat kecemasan sosial remaja maka untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan mempertimbangkan gender sebagai indikator yang mempengaruhi tingkat kecemasan sosial seseorang(Rifaldi, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Ni Komang Sri Yulastini juga tentang “Efektivitas Model Konseling Behavioral dengan Teknik Relaksasi untuk Menurunkan Kecemasan dalam Menghadapi Mata Pelajaran Matematika”. Dari penelitian yang dilakukan didapatkan hasil bahwa terjadi penurunan kecemasan siswa dalam menghadapi pelajaran matematika, yaitu dari hasil rata-rata skor pretes sebesar 166,3% menjadi 118,5% pada rata-rata skor pretes. Model Konseling Behavioral dengan teknik relaksasi efektif dalam menurunkan kecemasan siswa menghadapi mata pelajaran matematika di SMK PGRI 4 Denpasar(Yulastini, 2020).

Hasil survei yang penulis lakukan didapatkan data bahwa persentase korban kekerasan yang sudah mendapatkan bantuan dan merasakan bahwa masalah yang dialaminya sudah selesai masih sangat rendah yaitu hanya (15%), sementara 28% korban sudah mendapat bantuan namun belum merasa masalahnya terselesaikan, sedangkan sebanyak 55% lainnya belum pernah sama sekali memperoleh bantuan dalam bentuk apapun.

Hasil wawancara yang penulis lakukan bersama Ibu Kadek Purniani, Ibu Ariani dan Bu Jempiring selaku guru Bimbingan Konseling kelas X dan XI di SMK N 1 Singaraja didapatkan informasi bahwa waktu untuk konseling dengan siswa sangat singkat karena hanya terdapat 40 menit jam bimbingan konseling selama satu minggu disetiap kelas maka dari itu kesulitan untuk menjangkau banyaknya siswa yang membutuhkan bantuan konseling dan belum tersedianya panduan konseling yang praktis dan efektif untuk menangani permasalahan-permasalahan yang dihadapi siswa khususnya kekerasan.

Berdasarkan pemaparan di atas, kebutuhan untuk penanganan korban kekerasan masih terbilang rendah. Dan belum tersedianya panduan konseling teknik *cognitive restructuring* yang bisa digunakan oleh konselor untuk melakukan konseling maka dari itu peneliti terdorong untuk melakukan penelitian mengenai “Pengembangan Panduan Konseling *Cognitive Behavioral Teknik Cognitive Restructuring* Berbasis Website Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Remaja Korban Kekerasan”. Keunggulan dari Pengembangan Panduan Konseling *Cognitive Behavioral Teknik Cognitive Restructuring* Berbasis Website Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Remaja Korban Kekerasan ini adalah dapat mempermudah dan membantu konselor untuk menginformasikan cara penggunaan

dan mengarahkan dalam melaksanakan konseling menggunakan website dan dapat menjangkau lebih banyak lagi remaja atau siswa/i korban kekerasan yang membutuhkan bantuan konseling.

### **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Banyaknya korban kekerasan yang mengalami kecemasan, stress dan traumatic yang belum mendapatkan penanganan konseling.
2. Adanya faktor-faktor penyebab terjadinya kekerasan pada remaja.
3. Belum tersedianya panduan konseling yang praktis dan efektif untuk menangani gangguan psikologis remaja korban kekerasan.

### **1.3 Pembatasan Masalah Penelitian**

Berdasarkan identifikasi masalah, peneliti memfokuskan adanya pembatasan masalah yang berkaitan dengan “Pengembangan Panduan Konseling Cognitive Behavioral Teknik *Cognitive Restructuring* Berbasis Website Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Remaja Korban Kekerasan” .

### **1.4 Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan pembatasan masalah, dapat di rumuskan masalah penelitian sebagai berikut :

1. Bagaimana rancang bangun Panduan Konseling Cognitive Behavioral Teknik *Cognitive Restructuring* Berbasis Website Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Remaja Korban Kekerasan?

2. Bagaimana validitas konten Panduan Konseling Cognitive Behavioral Teknik *Cognitive Restructuring* Berbasis Website Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Remaja Korban Kekerasan?
3. Apakah Panduan Konseling Cognitive Behavioral Teknik *Cognitive Restructuring* Berbasis Website efektif untuk Mengatasi Kecemasan Pada Remaja Korban Kekerasan?

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah di atas berikut di ajukan tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk menyusun rancang bangun Panduan Konseling Cognitive Behavioral Teknik *Cognitive Restructuring* Berbasis Website Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Remaja Korban Kekerasan.
2. Menganalisi dan mendeskripsikan validitas konten konten Panduan Konseling Cognitive Behavioral Teknik *Cognitive Restructuring* Berbasis Website Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Remaja Korban Kekerasan.
3. Menganalisis dan menemukan besarnya efektifitas implementasi Panduan Konseling Cognitive Behavioral Teknik *Cognitive Restructuring* Berbasis Website Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Remaja Korban Kekerasan.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari penelitian yang dilakukan oleh penulis adalah :

#### **1. Manfaat Secara Teoritis**

- a. Untuk dapat memperkaya temuan terkait Pengembangan Panduan Cognitive Behavioral Teknik *Cognitive Restructuring* Bebasis

Website Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Remaja Korban Kekerasan.

- b. Melalui hasil penelitian ini penulis berharap hasil ini bisa menjadi acuan bagi para penelitian lain yang melaksanakan penelitian .

## 2. Manfaat Secara Praktis

- a) Bagi Penulis

Bagi penulis sendiri, penelitian ini sangat bermanfaat bagi penulis, adapun manfaat yang bisa di petik dalam penelitian ini adalah wawasan yang bertambah dan sangat baik untuk menyelesaikan tugas akhir untuk menyelesaikan tingkat S1.

- b) Bagi Remaja Korban Kekersan

Penelitian ini bermanfaat untuk mengatasi kecemasan, sehingga remaja korban kekerasan mampu menghilangkan atau mengurangi kecemasan yang korban rasakan pasca tindakan kekerasan yang dialami korban.

- c) Bagi Pihak Instansi

Penelitian ini bermanfaat untuk memberikan informasi terkait Pengembangan Panduan Konseling Cognitive Behavioral Teknik *Cognitive Restructuring* Berbasis Website Untuk Mengatasi Kcemasan pada remaja Korban Kekerasan.

- d) Bagi Konselor

Bagi Konselor yang berada di instansi ataupun sekolah penelitian ini dapat diajdikan acuan khususnya bagi tenaga konselor profesional di



bidang bimbingan dan konseling dan akan sangat bermanfaat untuk mengatasi permasalahan yang di alami korban ataupun siswa terutama permasalahan terkait kecemasan pasca kejadian kekerasan yang dilami korban ataupun peserta didik

