

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kekerasan adalah istilah yang bermakna "penderitaan" dipelajari dari perspektif psikologis dan hukum, dan mengacu pada perilaku manusia (individu/kelompok orang) yang dapat menyebabkan penderitaan bagi orang lain (Pasalbessy, 2010). *World Health Organization* (WHO) menjelaskan bahwa kekerasan terhadap anak adalah penyalahgunaan atau pelecehan terhadap anak berupa kerugian fisik, mental atau seksual, pengabaian perawatan, eksploitasi untuk keuntungan komersial. Hal itu mungkin menyebabkan kerugian yang serius kepada anak yaitu kesehatan, kehidupan, martabat, atau pembangunan. Kekerasan terhadap remaja adalah setiap praktik atau perlakuan yang dapat menimbulkan luka, tekanan psikis atau trauma. Kekerasan terhadap remaja yang dilakukan oleh seseorang dapat berupa kekerasan fisik, seksual dan psikis (Rizky & Marthoenis, 2021).

World Health Organization (WHO) menguraikan bahwa seseorang yang berusia antara 10 hingga 19 tahun adalah remaja. Sedangkan menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 25 Tahun 2014, remaja berusia antara 10 hingga 18 tahun. Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN), kelompok usia muda adalah 10 hingga 24 tahun dan belum menikah adalah remaja. Anak-anak dan remaja harus diperhatikan karena mereka adalah aset bangsa yang akan meneruskan perjuangan bangsa (Depkes RI, 2014).

Bersumber pada pendataan Kementerian PPPA, terdapat 11.057 kasus kekerasan terhadap anak pada 2019, 11.279 pada 2020, dan 12.566 pada data November 2021. Komisi Perlindungan Anak Indonesia bahwa upaya negara meningkat dalam banyak hal, namun pada tahun 2021 juga terjadi berbagai pelanggaran hak anak. Dilansir dari data pengaduan masyarakat, tahun 2019 sebanyak 4.369, tahun 2020 sebanyak 6.519 dan tahun 2021 sebanyak 5.953. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) memperkirakan bahwa meskipun ada peningkatan komitmen negara di sejumlah bidang, berbagai pelanggaran hak anak masih terus terjadi di tahun 2021. Berdasarkan informasi dari pengaduan masyarakat, terdapat 4.369 kasus di tahun 2019, 6.519 kasus di tahun 2020, dan 5.953 kasus di tahun 2021.

Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA) mengungkapkan hingga tahun 2021, sedikitnya 11.952 kasus kekerasan terhadap anak tercatat dalam sistem informasi perlindungan anak online. Susanto, Ketua Komisi Perlindungan Anak Indonesia, mengatakan KPAI menerima 2.061 pengaduan kasus perlindungan khusus anak pada 2021. Dia mengatakan dia memiliki tiga kasus utama: kekerasan fisik dan psikologis, kejahatan seks, dan pornografi dan kejahatan dunia maya. Menurut KPAI, pada 2021 Klaster Pemenuhan Hak Anak (PHA) menerima 2.971 kasus. Dilansir dari *Website* Sistem Informasi Online Perlindungan Anak (SIMFONI PPPA) Kementerian PPPA, presentase kasus pada anak yang masuk pada tahun 2022 dihitung sejak tanggal 1 Januari 2022 adalah sebanyak 57.0% dengan rincian usia remaja sebanyak 31.8%.

Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak sebagai salah satu lembaga nasional yang bertanggung jawab menangani kekerasan terhadap anak dan perempuan telah menetapkan kebijakan anti kekerasan melalui Keputusan Menteri KPPPA No. 5 Tahun 2010 tentang Panduan Pembentukan dan Pengembangan Pusat Layanan Terpadu untuk memberikan layanan terpadu terhadap korban kekerasan. Peraturan ini memberikan pedoman bagi seluruh kabupaten atau kota untuk mendirikan Pusat Pelayanan Pemberdayaan Anak Terpadu (P2TP2A).

Dalam UU No 23 tahun 2002 yang sekarang sudah diubah menjadi UU No 35 tahun 2014 disebutkan bahwa anak seharusnya mendapatkan kehidupan yang layak sesuai dengan perkembangannya, berupa pemenuhan hak-hak anak, kasih sayang, pendidikan, tempat tinggal, kebebasan berpendapat, rasa aman dan kesejahteraan hidup. Rasa kasih sayang dan cinta dari orang tua atau keluarga sangat dibutuhkan demi terpenuhinya hak-hak anak dan remaja sejak lahir hingga dewasa. Kebutuhan anak dan remaja untuk bersekolah agar mendapatkan pendidikan yang layak, kebebasan dalam menyampaikan pendapat atau pilihannya, dan tentu saja perlindungan terhadap anak dan remaja harus dilakukan oleh setiap orang tua agar anak dan remaja terhindar dari gangguan.

Namun pada kenyataannya banyak kasus tidak terpenuhinya hak – hak anak dan remaja. Banyak remaja yang mengalami kekerasan yang terjadi bahkan di lingkungan keluarga, masyarakat dan sekolah. Salah satu bentuk kekerasan terhadap anak dan remaja yaitu *bullying*. *Bullying* didefinisikan sebagai penggunaan otoritas untuk melukai seseorang atau sekelompok orang

secara verbal, fisik, atau psikologis, yang membuat korban merasa sedih, trauma, dan tidak berdaya. (Zakiyah et al., 2017). *Bullying* memiliki dampak yang sangat buruk bagi korban, yang mengakibatkan berbagai hal yang tidak diinginkan. Trauma adalah salah satu kondisi yang tidak diinginkan yang disebabkan oleh perundungan. Trauma akibat bullying menyebabkan rasa takut, cemas, gelisah, dan perilaku tak terkendali lainnya. Masalah yang berkaitan dengan bullying memerlukan teknik yang tepat untuk mengatasinya. (Heriansyah, 2021).

Pelanggaran hak asasi manusia yang paling keji adalah kekerasan terhadap anak dan remaja. Maka dari itu, tidak salah jika organisasi Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) menyebut kekerasan sebagai kejahatan terhadap kemanusiaan. (Mayasari & Rinaldi, 2017). Menurut Hosking (2005), penyebab kekerasan dapat dibagi menjadi dua kategori: faktor individu dan faktor sosial. Faktor individu berhubungan langsung dengan kecenderungan seseorang untuk melakukan kekerasan. Sementara itu, faktor sosial adalah situasi lingkungan yang mendorong orang untuk terlibat dalam perilaku kekerasan (Tematik & Kekerasan, 2017).

Kekerasan pada anak dan remaja akan memberikan dampak pada kehidupan anak dan remaja itu sendiri. Adapun dampak psikologis yang dialami anak dan remaja adalah bersikap permisif, bersikap depressif, bersikap agresif, dan bersikap destruktif (Kurniasari, 2019). Dampak psikologis juga dapat dirasakan oleh anak dan remaja yang mengalami kekerasan yaitu adanya ketakutan yang berlebihan, stress, menarik diri dari kehidupan sosial, depresi dan traumatik.

Salah satu dampak yang dirasakan korban yaitu mengalami traumatik. Traumatik adalah reaksi emosional terhadap kejadian yang mengerikan. Akan tetapi, kejadian apa pun yang dirasakan seseorang sebagai sesuatu yang berbahaya secara fisik, emosional, atau berbahaya dapat mengakibatkan traumatik. *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* dengan menggunakan teknik *Mindfulness* adalah salah satu penanganan yang dapat dilakukan. Terapi perilaku kognitif atau *Cognitive Behavior Therapy (CBT)* adalah teknik perubahan perilaku yang memperlakukan kognisi sebagai "kunci" untuk mengubah tingkah laku untuk mengganti pikiran negatif dengan pikiran yang lebih positif. *Mindfulness* berarti berfokus pada masa ini, menerima serta mengenali ide, perasaan, dan sensasi tubuh apa pun.

Mindfulness adalah praktik yang mengajarkan orang untuk menjadi lebih sadar diri dari dalam ke luar dalam hubungannya dengan lingkungan mereka. Penekanan pada pemindahan perhatian subjek terhadap pikiran negatif subjek melibatkan fokus pada sentimen dan sensasi tubuh yang menyertainya, serta bagaimana subjek mengatasinya. Manfaat dari penggabungan model konseling CBT dengan teknik *mindfulness* antara lain adalah latihan yang bertujuan untuk mengubah cara berpikir dan keyakinan lalu digantikan dengan pikiran yang lebih baik, juga lebih mampu mengenali semua pikiran, emosi, dan perasaan fisik tanpa menghakimi benar atau salah. *Mindfulness* telah didefinisikan sebagai "kesadaran yang dihasilkan dari memberikan perhatian pada kejadian yang sedang berlangsung secara sadar, pada saat itu juga tanpa menghakimi".

Perhatian semacam ini memupuk kesadaran yang lebih besar, kejernihan, dan penerimaan terhadap realitas saat ini. Perhatian ini menyadarkan kita akan fakta bahwa hidup kita hanya berlangsung sesaat. Jika kita tidak sepenuhnya hadir dalam banyak momen tersebut, kita mungkin tidak hanya melewatkan apa yang paling berharga dalam hidup kita, tetapi juga gagal menyadari kekayaan dan kedalaman kemungkinan kita untuk tumbuh dan bertransformasi (Kabat-Zinn, 2001). Tujuan *Mindfulness* bukan untuk menyingkirkan pikiran, perasaan, atau sensasi. Sebaliknya, ini adalah untuk menumbuhkan kesadaran yang lebih jelas tentang pengalaman langsung dari waktu ke waktu dengan pikiran terbuka, rasa ingin tahu yang baik, dan tidak adanya penilaian terhadap peristiwa tersebut (Meiklejohn et al., 2012).

Dari permasalahan diatas, penulis tertarik untuk meneliti traumatik pada remaja korban kekerasan dengan salah satu alternatif pemecahan masalah berupa layanan konseling. Berlandaskan hal tersebut, maka peneliti mengangkat judul penelitian ini yaitu “Pengembangan Panduan Model Konseling *Cognitive behavioral therapy (CBT)* Teknik *Mindfulness* berbasis *website* SI-Konseling Untuk Mengatasi Traumatik Pada Remaja Korban Kekerasan” dengan menggunakan inovasi *Website* SI-Konseling. SI-Konseling merupakan sistem psikoedukasi berbasis *Website* yang dirancang untuk membantu masyarakat agar memiliki akses yang mudah untuk mengikuti layanan konseling sebagai bantuan psikologis untuk terhindar dari gangguan psikologis. Dengan mengadaptasi sistem berbasis teknologi informasi, SI-Konseling diharapkan dapat menghadirkan layanan psikoedukasi dalam bentuk modul dan tersedia untuk seluruh orang setiap saat. SI-Konseling merupakan

website/media yang berbasis internet yang digunakan untuk mendeteksi dan memberikan bantuan terutama terhadap stress dan permasalahan psikologis. *Website* ini akan digunakan untuk membantu korban yang terdeteksi mengalami traumatik untuk mendapatkan pelayanan konseling.

1.1 Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah berdasarkan latar belakang yang disebutkan di atas, adalah sebagai berikut:

- 1.2.1 Banyaknya kasus kekerasan yang menimpa remaja.
- 1.2.2 Ditemukannya faktor – faktor penyebab terjadinya kekerasan pada remaja.
- 1.2.3 Saat ini belum ada panduan konseling yang praktis dan efektif untuk menangani gangguan psikologis remaja korban kekerasan.
- 1.2.4 Belum adanya panduan pelaksanaan model Konseling *cognitive behavioral therapy* teknik *mindfulness* berbasis *website* SI-Konseling untuk mengatasi traumatik pada remaja korban kekerasan.

1.3 Pembatasan Masalah

Bersumber pada identifikasi masalah yang telah dijabarkan, pembatasan masalah dibutuhkan agar penelitian tetap berfokus pada permasalahan yaitu mengembangkan panduan pelaksanaan model konseling *cognitive behavioral therapy* teknik *mindfulness* berbasis *website* SI-Konseling untuk mengatasi traumatik pada remaja korban kekerasan.

1.4 Rumusan Masalah

Bersumber pada pembatasan masalah diatas, maka rumusan masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini dapat dinyatakan sebagai berikut:

- 1.4.1 Bagaimana prototype panduan pelaksanaan model Konseling *cognitive behavioral therapy* teknik *mindfulness* berbasis *website* SI-Konseling untuk mengatasi traumatik pada remaja korban kekerasan?
- 1.4.2 Bagaimana validitas isi (*content validity*) panduan pelaksanaan model Konseling *cognitive behavioral therapy* teknik *mindfulness* berbasis *website* SI-Konseling untuk mengatasi traumatik pada remaja korban kekerasan?
- 1.4.3 Bagaimana efektivitas implementasi pelaksanaan model Konseling *cognitive behavioral therapy* teknik *mindfulness* berbasis *website* SI-Konseling untuk mengatasi traumatik pada remaja korban kekerasan?

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1.5.1 Untuk menyusun panduan pelaksanaan model konseling *cognitive behavioral therapy* teknik *mindfulness* berbasis *website* SI-Konseling untuk mengatasi traumatik pada remaja korban kekerasan.
- 1.5.2 Untuk menganalisis dan mendeskripsikan validitas isi (*content validity*) panduan pelaksanaan model konseling *cognitive behavioral therapy* teknik *mindfulness* berbasis *website* SI-Konseling untuk mengatasi traumatik pada remaja korban kekerasan.
- 1.1.4 Untuk menganalisis dan menemukan besarnya efektifitas implementasi panduan pelaksanaan model konseling *cognitive behavioral therapy* teknik *mindfulness* berbasis *website* SI-Konseling untuk mengatasi traumatik pada remaja korban kekerasan.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah :

1.6.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yang adalah adanya penelitian yang relevan dan memperkaya temuan terkait pelaksanaan pelaksanaan model konseling *cognitive behavioral therapy* teknik *mindfulness* berbasis *website* SI-Konseling untuk mengatasi traumatik pada remaja korban kekerasan. Manfaat spesifikasi produk panduan antara lain berfungsi sebagai sumber daya, memberikan petunjuk dan arahan saat melakukan suatu kegiatan, dan memfasilitasi konseling.

1.6.2 Manfaat Bagi Praktisi

- a. Bagi korban, diharapkan dengan adanya penelitian ini, dapat diketahui dan diterapkan model konseling *cognitive behavioral therapy* teknik *mindfulness* berbasis *website* SI-Konseling untuk mengatasi traumatik pada remaja korban kekerasan.
- b. Bagi peneliti, diharapkan bahwa pengetahuan yang dipelajari akan dapat diterapkan secara langsung tentang model konseling *cognitive behavioral therapy* teknik *mindfulness* berbasis *website* SI-Konseling untuk mengatasi traumatik pada remaja korban kekerasan.