



LAMPIRAN

Lampiran 2. Surat Menyelesaikan Penelitian



SURAT KETERANGAN

No. B.31.000/332/000/SMKN2SGR

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri 2 Singaraja Kabupaten Buleleng menerangkan :

N A M A : Indra Rahmadani Fitri
 N I M : 1911011046
 JURUSAN : Bimbingan Konseling
 UNIVERSITAS : Pendidikan Ganesha

Memang benar yang tersebut diatas telah melaksanakan Penelitian dengan judul “ Pengembangan Panduan Model Konseling Solution Facused Brief Counseling Teknik Imagery and Isualitation berbasis Website Si-Konseling untuk mengatasi Depresi pada Remaja korban Kekerasan” pada tanggal 19 Oktober s/d 17 April 2023.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bali, 17 April 2023


 Ditandatangani secara elektronik oleh :
 KEPALA SEKOLAH
Ni Ketut Wisiani, S.Pd.,M.Si.
 NIP. 19680609 199003 2 005



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

Lampiran 3. Hasil Uji Judges/Pakar Panduan

Pakar I :

INSTRUMEN VALIDASI PAKAR
PENGEMBANGAN PANDUAN KONSELING DENGAN MODEL
SOLUTION FACUSED BRIEF COUNSELING (SFBC) TEKNIK IMAGERY
***AND VISUALITATION* UNTUK MENGATASI DEPRESI PADA ANAK**
DAN REMAJA KORBAN KEKERASAN

PENGANTAR

Bapak/Ibu para pakar yang saya hormati, perkenankan saya menyita waktu Bapak/Ibu dalam menilai atau memvalidasi Pengembangan Panduan Model Konseling *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Dengan Teknik *Imagery and Visualitation* Berbasis *Website* untuk mengatasi Depresi pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan yang saya lampirkan berserta dengan instrument penilaian ini. Kediaan Bapak/Ibu dalam memvalidasi panduan ini sangat penting guna keberhasilan penelitian pengembangan saya yang berjudul “Pengembangan Panduan Model Konseling *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Dengan Teknik *Imagery and Visualitation* untuk mengatasi Depresi pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan” untuk mengetahui kelayakan panduan ini digunakan oleh Guru Bimbingan Konseling di sekolah dan di instansi – instansi yang melaksanakan kegiatan konseling. Atas kesediaan Bapak/ Ibu untuk menilai serta memberikan masukan untuk panduan ini saya ucapkan terima kasih yang sebesar- besarnya.

PETUNJUK

Berikut ini telah disajikan beberapa *item* pernyataan yang berkaitan dengan penerapan Model Konseling *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Dengan Teknik *Imagery and Visualitation* untuk mengatasi Depresi pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan. Skala *acceptability, accessibility, dan feasebility (AAF)* ini digunakan untuk menilai keberterimaan, kemudahan akses dan kebermanfaatannya panduan dan sistem konseling *online* (berbasis *apps* atau *website*). Skala ini terdiri

dari 14 item, kelayakan dari setiap item dan skala ini secara keseluruhan telah dilaporkan dalam studi Suranata & Ifdil (2020) dalam studi *The Psychometric Properties of Acceptable, Accessibility, and Feasibility Scale for Web-based School Resilience Training Program: A Rasch Analysis*. (diterbitkan dalam *Journal of Physics: Conference Series* (Vol. 1539, No. 1, p. 012064. IOP Publishing).

Responden menilai dengan mencermati panduan dan sistem konseling, lalu menelaah sesuai dengan item-item pernyataan pada skala ini dan dapat juga menuliskan komentar/saran perbaikan. Pilihan skor 1 berarti tidak sesuai, skor 2 berarti kurang sesuai, skor 3 berarti sesuai dan skor 4 berarti sangat sesuai. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang telah disediakan.

NO	PERNYATAAN	SKOR				KOMENTAR
		1	2	3	4	
Acceptability (Keberterimaan)						
1	Struktur panduan disajikan sistematis				√	
2	Petunjuk setiap bagian panduan dapat dipahami				√	
3	Teknik dan prosedur yang disajikan dalam panduan dapat dipahami				√	
4	Teknik dan prosedur yang disajikan dalam panduan dapat dilaksanakan				√	
5	Setiap kata dan kalimat yang disajikan dalam panduan dan sistem mudah dipahami				√	
Accessibility (Kemudahan Akses)						
6	Sistem konseling dapat diakses dengan mudah				√	
7	Setiap bagian dari sistem konseling dapat diakses dengan mudah				√	

8	Setiap gambar dan tabel yang disajikan dalam panduan dapat dibaca dengan baik				√	
9	Angket, tes dan forum diskusi dapat diakses dengan mudah				√	
Feasibility (Kelayakan)						
10	Prosedur konseling sesuai dengan subyek sasaran yang ditentukan				√	
11	Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan memberikan pengetahuan baru yang bermanfaat kepada subjek (konseli)				√	
12	Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan bermanfaat mengembangkan afeksi yang lebih nyaman (positif) pada subjek (konseli)				√	
13	Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan mengembangkan tingkah laku baru yang lebih produktif bagi subjek (konseli)				√	
14	Secara keseluruhan panduan dan sistem konseling bermanfaat untuk membantu subjek sasaran mengembangkan suatu potensi psikologis atau mengatasi permasalahan psikologis tertentu				√	

Saran Perbaikan :

Identitas Pakar Penilai I

Nama Lengkap dan Gelar : Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M.Pd.

Bidang Keahlian : Bimbingan Konseling

Instansi Tempat Bertugas : FIP Universitas Pendidikan Ganesha

Tanda Tangan

:



Pakar II :

INSTRUMEN VALIDASI PAKAR
PENGEMBANGAN PANDUAN MODEL KONSELING *COGNITIVE BEHAVIORAL*
***THERAPY* (CBT) DENGAN TEKNIK *MINDFULNESS* UNTUK MENGATASI**
TRAUMATIK PADA ANAK DAN REMAJA KORBAN KEKERASAN

PENGANTAR

Bapak/Ibu para pakar yang saya hormati, perkenankan saya menyita waktu Bapak/Ibu dalam menilai atau memvalidasi Pengembangan Panduan Model Konseling *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) Dengan Teknik *Imagery and Visualization* Berbasis *Website* untuk mengatasi Depresi pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan yang saya lampirkan beserta dengan instrument penilaian ini. Kesediaan Bapak/Ibu dalam memvalidasi panduan ini sangat penting guna keberhasilan penelitian pengembangan saya yang berjudul "Pengembangan Panduan Model Konseling *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) Dengan Teknik *Imagery and Visualization* untuk mengatasi Depresi pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan" untuk mengetahui kelayakan panduan ini digunakan oleh Guru Bimbingan Konseling di sekolah dan di instansi – instansi yang melaksanakan kegiatan konseling. Atas kesediaan Bapak/ Ibu untuk menilai serta memberikan masukan untuk panduan ini saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya.

PETUNJUK

Berikut ini telah disajikan beberapa *item* pernyataan yang berkaitan dengan penerapan Model Konseling *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) Dengan Teknik *Imagery and Visualization* untuk mengatasi Depresi pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan. Skala *acceptability, accessibility, dan feasibility* (AAF) ini digunakan untuk menilai keberterimaan, kemudahan akses dan kebermanfaatan panduan dan sistem konseling *online* (berbasis *apps* atau *website*). Skala ini terdiri dari 14 item, kelayakan dari setiap item dan skala ini secara keseluruhan telah dilaporkan dalam studi Suranata & Ifdil (2020) dalam studi *The Psychometric Properties of Acceptable, Accessibility, and Feasibility Scale for Web-based School Resilience Training Program: A Rasch Analysis*. (diterbitkan dalam *Journal of Physics: Conference Series* (Vol. 1539, No. 1, p. 012064. IOP Publishing).

Responden menilai dengan mencermati panduan dan sistem konseling, lalu menelaah sesuai dengan item-item pernyataan pada skala ini dan dapat juga menuliskan komentar/saran perbaikan. Pilihan skor 1 berarti tidak sesuai, skor 2 berarti kurang sesuai, skor 3 berarti sesuai

dan skor 4 berarti sangat sesuai. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang telah disediakan.

NO	PERNYATAAN	SKOR				KOMENTAR
		1	2	3	4	
Acceptability (Keberterimaan)						
1	Struktur panduan disajikan sistematis				√	
2	Petunjuk setiap bagian panduan dapat dipahami				√	
3	Teknik dan prosedur yang disajikan dalam panduan dapat dipahami			√		
4	Teknik dan prosedur yang disajikan dalam panduan dapat dilaksanakan			√		
5	Setiap kata dan kalimat yang disajikan dalam panduan dan sistem mudah dipahami			√		
Accessibility (Kemudahan Akses)						
6	Sistem konseling dapat diakses dengan mudah				√	
7	Setiap bagian dari sistem konseling dapat diakses dengan mudah				√	
8	Setiap gambar dan tabel yang disajikan dalam panduan dapat dibaca dengan baik				√	
9	Angket, tes dan forum diskusi dapat diakses dengan mudah				√	
Feasibility (Kelayakan)						
10	Prosedur konseling sesuai dengan subyek sasaran yang ditentukan				√	√
11	Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan memberikan pengetahuan baru yang bermanfaat kepada subjek (konseli)					

12	Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan bermanfaat mengembangkan afeksi yang lebih nyaman (positif) pada subjek (konseli)				✓✓	
13	Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan mengembangkan tingkah laku baru yang lebih produktif bagi subjek (konseli)					
14	Secara keseluruhan panduan dan sistem konseling bermanfaat untuk membantu subjek sasaran mengembangkan suatu potensi psikologis atau mengatasi permasalahan psikologis tertentu				✓	

Saran Perbaikan :

Identitas Pakar Penilai II

Nama Lengkap dan Gelar : Kade Sathya Gita Rismawan, M.Pd

Bidang Keahlian : Bimbingan Konseling

Instansi Tempat Bertugas : FIP Universitas Pendidikan Ganesha

Tanda Tangan :



12	Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan bermanfaat mengembangkan afeksi yang lebih nyaman (positif) pada subjek (konseli)				✓	
13	Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan mengembangkan tingkah laku baru yang lebih produktif bagi subjek (konseli)				✓	
14	Secara keseluruhan panduan dan sistem konseling bermanfaat untuk membantu subjek sasaran mengembangkan suatu potensi psikologis atau mengatasi permasalahan psikologis tertentu				✓	

Saran Perbaikan :

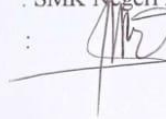
Identitas Pakar Penilai V

Nama Lengkap dan Gelar : Ni Luh Putu Astri Nova Herlina Lingga Dewi, S.Pd

Bidang Keahlian : Bimbingan Konseling

Instansi Tempat Bertugas : SMK Negeri 2 Singaraja

Tanda Tangan :



INSTRUMEN VALIDASI PAKAR
PENGEMBANGAN PANDUAN MODEL KONSELING *COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY* (CBT) DENGAN TEKNIK *MINDFULNESS* UNTUK MENGATASI TRAUMATIK PADA ANAK DAN REMAJA KORBAN KEKERASAN

PENGANTAR

Bapak/Ibu para pakar yang saya hormati, perkenankan saya menyita waktu Bapak/Ibu dalam menilai atau memvalidasi Pengembangan Panduan Model Konseling *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) Dengan Teknik *Imagery and Visualization* Berbasis *Website* untuk mengatasi Depresi pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan yang saya lampirkan beserta dengan instrument penilaian ini. Kesediaan Bapak/Ibu dalam memvalidasi panduan ini sangat penting guna keberhasilan penelitian pengembangan saya yang berjudul "Pengembangan Panduan Model Konseling *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) Dengan Teknik *Imagery and Visualization* untuk mengatasi Depresi pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan" untuk mengetahui kelayakan panduan ini digunakan oleh Guru Bimbingan Konseling di sekolah dan di instansi – instansi yang melaksanakan kegiatan konseling. Atas kesediaan Bapak/ Ibu untuk menilai serta memberikan masukan untuk panduan ini saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya.

PETUNJUK

Berikut ini telah disajikan beberapa *item* pernyataan yang berkaitan dengan penerapan Model Konseling *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) Dengan Teknik *Imagery and Visualization* untuk mengatasi Depresi pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan. Skala *acceptability, accessibility, dan feasibility* (AAF) ini digunakan untuk menilai keberterimaan, kemudahan akses dan kebermanfaatannya panduan dan sistem konseling *online* (berbasis *apps* atau *website*). Skala ini terdiri dari 14 item, kelayakan dari setiap item dan skala ini secara keseluruhan telah dilaporkan dalam studi Suranata & Iddil (2020) dalam studi *The Psychometric Properties of Acceptable, Accessibility, and Feasibility Scale for Web-based School Resilience Training Program: A Rasch Analysis*. (diterbitkan dalam *Journal of Physics: Conference Series* (Vol. 1539, No. 1, p. 012064. IOP Publishing).

Responden menilai dengan mencermati panduan dan sistem konseling, lalu menelaah sesuai dengan item-item pernyataan pada skala ini dan dapat juga menuliskan komentar/saran perbaikan. Pilihan skor 1 berarti tidak sesuai, skor 2 berarti kurang sesuai, skor 3 berarti sesuai



sesuai dan skor 4 berarti sangat sesuai. Berilah tanda centang (✓) pada kolom jawaban yang telah disediakan

NO	PERNYATAAN	SKOR				KOMENTAR
		1	2	3	4	
Acceptability (Kebertarikan)						
1	Struktur panduan disajikan sistematis				✓	
2	Petunjuk setiap bagian panduan dapat dipahami				✓	
3	Teknik dan prosedur yang disajikan dalam panduan dapat dipahami				✓	
4	Teknik dan prosedur yang disajikan dalam panduan dapat dilaksanakan			✓		Mengembangkan dg sendiri & k
5	Setiap kata dan kalimat yang disajikan dalam panduan dan sistem mudah dipahami				✓	
Accessibility (Kemudahan Akses)						
6	Sistem konseling dapat diakses dengan mudah				✓	
7	Setiap bagian dari sistem konseling dapat diakses dengan mudah				✓	
8	Setiap gambar dan tabel yang disajikan dalam panduan dapat dibaca dengan baik				✓	
9	Angket, tes dan forum diskusi dapat diakses dengan mudah			✓		
Feasibility (Kelayakan)						
10	Prosedur konseling sesuai dengan subyek sasaran yang ditentukan				✓	
11	Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan memberikan pengetahuan baru yang bermanfaat kepada subjek (konseli)				✓	

12	Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan bermanfaat mengembangkan afeksi yang lebih nyaman (positif) pada subjek (konseli)				✓	
13	Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan mengembangkan tingkah laku baru yang lebih produktif bagi subjek (konseli)				✓	
14	Secara keseluruhan panduan dan sistem konseling bermanfaat untuk membantu subjek sasaran mengembangkan suatu potensi psikologis atau mengatasi permasalahan psikologis tertentu				✓	

Saran Perbaikan :

Identitas Pakar Penilai IV

Nama Lengkap dan Gelar : Putu Agustini. SST Keb.MAP

Bidang Keahlian : Bimbingan Konseling

Instansi Tempat Bertugas : Dinas Pengendalian Penduduk, Keluarga Berencana

Pemberdayaan Perempuan Perlindungan anak (DPPKBPPPA)

Tanda Tangan :



Lampiran 4. Rekapitan Hasil Uji Validitas Pakar

No	Pakar I	Pakar II	Pakar III	Pakar IV	Pakar V
1	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan
2	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan
3	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan
4	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan
5	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan
6	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan
7	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan
8	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan
9	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan
10	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan
11	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan
12	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan
13	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan
14	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan	Relevan

No	Pernyataan/ Instrumen	Relevan	Tidak Relevan	CVR	Kesimpulan
1	Struktur panduan disajikan sistematis	5	0	1	Diterima
2	Petunjuk setiap bagian panduan dapat dipahami	5	0	1	Diterima
3	Teknik dan prosedur yang disajikan dalam panduan dapat dipahami	5	0	1	Diterima
4	Teknik dan prosedur yang disajikan dalam panduan dapat dilaksanakan	5	0	1	Diterima
5	Setiap kata dan kalimat yang disajikan dalam panduan dan sistem mudah dipahami	5	0	1	Diterima

6	Sistem konseling dapat diakses dengan mudah				Diterima
7	Setiap bagian dari sistem konseling dapat diakses dengan mudah	5	0	1	Diterima
8	Setiap gambar dan system yang disajikan dalam panduan dapat dibaca dengan baik	5	0	1	Diterima
9	Angket, tes dan forum diskusi dapat diakses dengan mudah	5	0	1	Diterima
10	Prosedur konseling sesuai dengan subyek sasaran yang ditentukan	5	0	1	Diterima
11	Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan memberikan pengetahuan baru yang bermanfaat kepada subjek (konseli)	5	0	1	Diterima
12	Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan bermanfaat mengembangkan afeksi yang lebih nyaman (positif) pada subjek (konseli)	5	0	1	Diterima
13	Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan mengembangkan tingkah laku baru yang lebih	5	0	1	Diterima

	produktif bagi subjek (konseli)				
14	Secara keseluruhan panduan dan sistem konseling bermanfaat untuk membantu subjek sasaran mengembangkan suatu potensi psikologis atau mengatasi permasalahan psikologis tertentu	5	0	1	Diterima
Σ CVR					14



Lampiran 5. Kuesioner DASS21

No	Statement	Tidak saya rasakan sama sekali	saya rasakan sekali waktu saja	saya rasakan hampir setiap saat	selalu saya rasakan setiap saat
1	Saya tidak bisa tenang	0	1	2	3
2	Bibir dan mulut saya terasa kering	0	1	2	3
3	saya merasa hari-hari yang buruk	0	1	2	3
4	Dada saya terasa sesak, nafas tidak lega	0	1	2	3
5	Sulit bagi saya melakukan aktifitas seperti biasa	0	1	2	3
6	Perasaan saya cenderung peka dan cepat emosi/terluka	0	1	2	3
7	Saya gemetar (tangan atau bagian yang lain)	0	1	2	3
8	Saya menghabiskan banyak tenaga karena canggung dan tak bergairah melakukan apapun	0	1	2	3
9	Saya resah memikirkan saat-saat saya panik dan merasa bodoh	0	1	2	3
10	Saya merasa kehilangan harapan	0	1	2	3
11	Saya gelisah	0	1	2	3
12	Saya tidak bisa menikmati hiburan apapun	0	1	2	3
13	Saya kecewa dan sedih	0	1	2	3
14	Saya tidak bisa membiarkan apa pun yang menghalangi saya untuk melanjutkan apa yang saya inginkan	0	1	2	3
15	Saya panic	0	1	2	3
16	Saya hampir kehilangan keinginan saya untuk semua ha (termasuk makan, minum)	0	1	2	3
17	Saya tidak berharga	0	1	2	3

18	Saya lebih sensitive dari biasanya	0	1	2	3
19	Saya merasakan detak jantung saya tidak beraturan	0	1	2	3
20	Saya cemas tanpa alasan yang jelas	0	1	2	3
21	Hidup saya tidak berarti	0	1	2	3

SKOR DASS21**Tabel Skor DASS21**

Rating	Depression #1	Anxiety #2	Stress #3
Normal	0-9	0-7	0-14
Mild	10-13	8-9	15-18
Moderate	14-20	10-14	19-25
Severe	21-27	15-19	26-33
Extremely Severe	28+	20+	34+



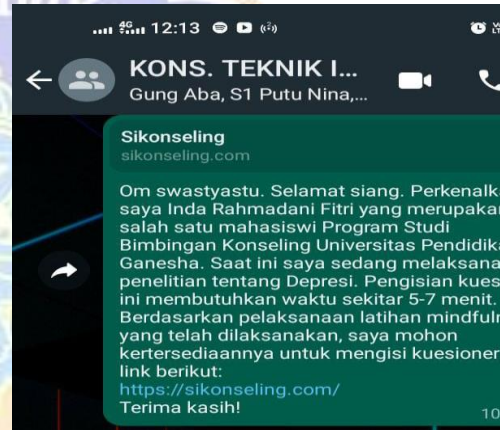
Lampiran 6. Dokumentasi Kegiatan Penelitian



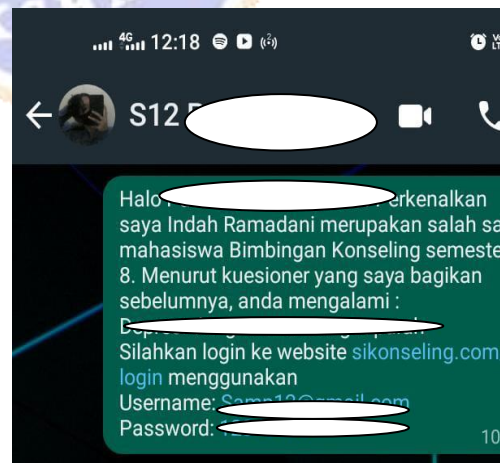
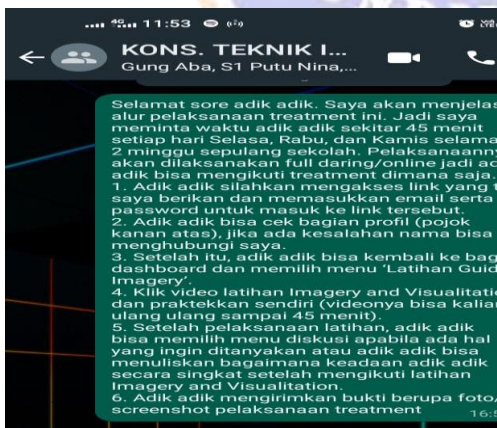
Gambar 1. Pelaksanaan Uji Judges Panduan



Gambar 2. Pelaksanaan Pre Test



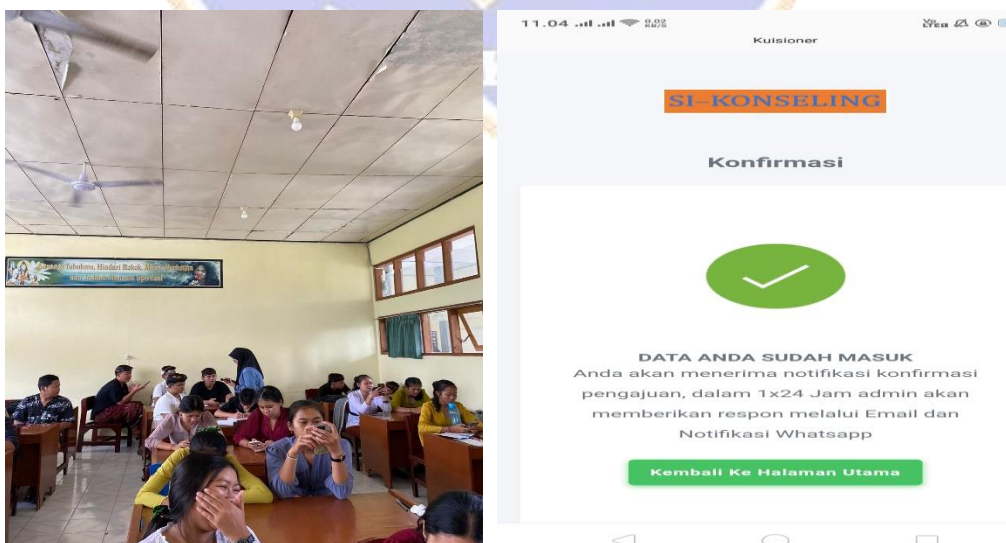
Gambar 3. Instruksi Pelaksanaan Pre Test

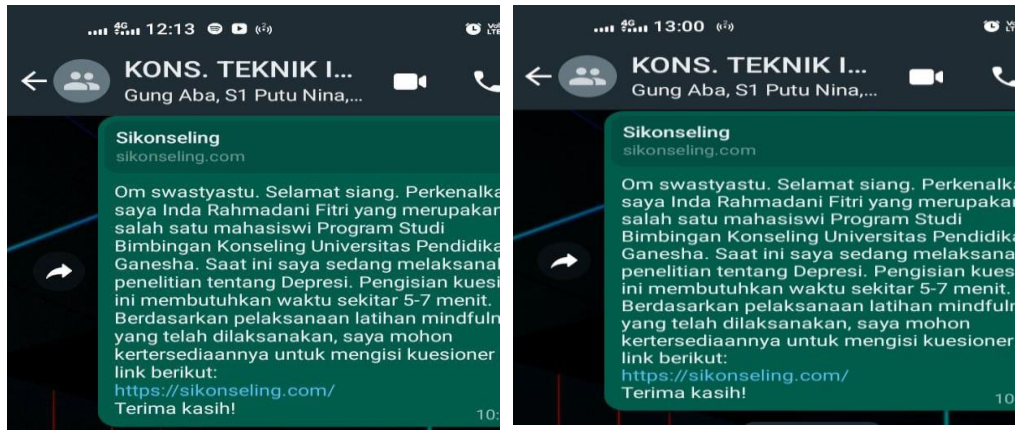


Gambar 4. Instruksi pelaksanaan Treatment



Gambar 5. Pelaksanaan Treatment

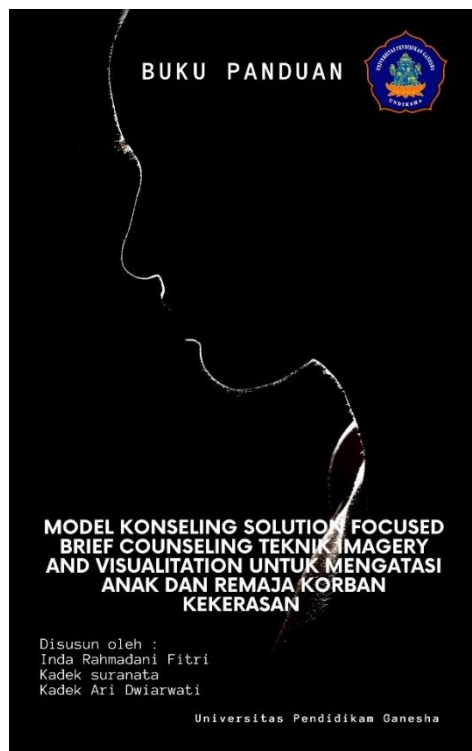




Gambar 6. Pelaksanaan Post Test



Lampiran 7. Buku Panduan



KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat dan karunia nya penulis dapat menyelesaikan buku yang berjudul "Panduan Konseling *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) teknik *Imagery and Visualisation* untuk mengatasi Depresi pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan".

Penulis tahu buku ini jauh dari kata sempurna, maka dari itu penulis mohon saran dan masukan yang membangun untuk membuat buku ini menjadi lebih sempurna lagi. Dan semoga buku ini dapat bermanfaat bagi para pembaca yang membacanya.

Singaraja, 1 Februari 2023

Penyusun

Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) Teknik *Imagery And Visualisation* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

ii

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR GAMBAR.....	iv
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan dan Manfaat.....	7
BAGIAN 2 PETUNJUK UMUM.....	8
A. Pengantar.....	8
B. Pengguna.....	8
C. Waktu Pelaksanaan.....	9
D. Teknik Konseling Model <i>Solution Focused Brief Counseling</i>	13
BAGIAN 3 PROSEDUR PELAKSANAAN.....	17
A. Prosedur Pelaksanaan Kegiatan.....	17
B. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan.....	18
a. Registrasi dan <i>Log In</i> sebagai Konselor.....	18
BAGIAN 4 PENUTUP.....	30
A. Kesimpulan.....	30
B. Saran.....	30
DAFTAR PUSTAKA.....	29

Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) Teknik *Imagery And Visualisation* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

iii

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Skema kegiatan pelaksanaan konseling SFBC Teknik <i>Imagery</i>	17
Gambar 3. 2 Tampilan laman SI-Konseling.....	18
Gambar 3. 4 Tampilan laman SI-Konseling.....	18
Gambar 3. 8 Tampilan menu SI-Konseling.....	19
Gambar 3. 10 Tampilan menu Features.....	21
Gambar 3. 12 Tampilan logout.....	22
Gambar 3. 14 Tampilan laman SI-Konseling.....	23
Gambar 3. 16 Tampilan <i>Website</i> SI-KONSELING.....	24
Gambar 3. 18 Tampilan dashboard SI-Konseling.....	24
Gambar 3. 20 Tampilan topik latihan <i>Imagery and Visualisation</i>	25
Gambar 3. 22 Tampilan topik latihan <i>Imagery and Visualisation</i>	26

Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) Teknik *Imagery And Visualisation* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

iv

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kekerasan merupakan sebuah terminologi yang sarat dengan arti dan makna "derita", baik dikaji dari perspektif psikologi maupun hukum, bahwa di dalamnya terkandung perilaku manusia (seseorang/kelompok orang) yang dapat menimbulkan penderitaan bagi orang lain, pribadi/ kelompok (Pasalbesy, 2010). Dalam kamus Bahasa Indonesia, kekerasan diartikan dengan perih yang bersifat, berciri khas, perbuatan seseorang yang menyebabkan cedera atau matinya orang lain atau menyebabkan kerusakan fisik, karena adanya paksaan, kekerasan fisik seperti penganiayaan, pembunuhan, perampokan, hoganisme, pemerkosaan terhadap anak gadis di bawah umur, bahkan hingga sodomi. Kekerasan merupakan perilaku yang tidak sah atau perlakuan yang salah. Kekerasan dapat diartikan sebagai perbuatan yang menyebabkan cedera atau matinya orang lain dan menyebabkan kerusakan fisik pada orang lain. Kekerasan yang mengakibatkan terjadinya kerusakan adalah kekerasan yang bertentangan dengan hukum (Kamus Besar Bahasa Indonesia).

Anak dan Remaja menurut kamus besar Bahasa Indonesia secara etimologis anak diartikan sebagai manusia yang masih kecil atau manusia yang belum dewasa. Berdasarkan Undang-undang No. 23 tahun 2002 tentang Perlindungan Anak, pasal 1 ayat 1, Anak adalah seseorang yang belum berusia 18 (delapan belas) tahun, termasuk anak yang masih dalam kandungan.

Konseling Dengan Model Solution Focused Brief Counseling (SFBC) Teknik Imagery And Visualization Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

1

Hasil penelitian kohort menunjukkan bahwa remaja yang mengalami pelecehan pada masa kanak-kanak lebih dari lima kali lebih mungkin mengalami komplikasi kehamilan. Kelahiran prematur, kematian neonatal dan post natal tampaknya lebih sering terjadi pada persalinan pada usia lebih muda. Selain itu ibu dengan riwayat pelecehan seksual ditemukan lebih muda daripada ibu dari populasi umum (Fortin-Langelier & Daigneault, 2022). Penelitian yang dilakukan oleh (Fortin-Langelier & Daigneault, 2022) juga membuktikan bahwa gaya hidup yang tidak sehat juga terjadi pada ibu hamil yang mengalami pelecehan seksual atau kekerasan seksual pada masa kanak-kanak. Misalnya penggunaan alkohol dan merokok, hal itu dikarenakan mereka menderita kesulitan psikologis yang meningkat seperti depresi, kecemasan, dan stress pasca trauma yang mereka alami.

Bangsa Indonesia mendapati kenyataan bahwa mengalami masalah sosial dan dan kemanusiaan yang harus mendapatkan perhatian lebih. Kini banyak korban yang berjatuh akibat tindak kekerasan yang umumnya terjadi pada kalangan perempuan dan anak-anak (Anindya et al., 2020). Kekerasan terhadap anak dapat didefinisikan secara sederhana sebagai segala bentuk perilaku yang dilakukan kepada anak yang memunculkan akibat psikis berupa perasaan tidak nyaman dan perasaan takut hingga akibat berupa perlakuan fisik. Bentuk kekerasan yang paling umum terhadap anak dan remaja adalah disiplin kekerasan, yaitu penggunaan agresi fisik dan/atau psikologis untuk memperbaiki perilaku buruk oleh figur otoritas termasuk guru (Nkuba, Hermenau, Goessmann, & Hecker, 2018b), serta viktimisasi teman sebaya. didefinisikan sebagai penyalahgunaan kekuasaan yang berulang dan sistematis oleh satu atau lebih teman sebaya selama periode waktu tertentu dalam upaya yang disengaja untuk melukai atau menimbulkan ketidaknyamanan (Olweus,

Konseling Dengan Model Solution Focused Brief Counseling (SFBC) Teknik Imagery And Visualization Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

3

Remaja menurut KBBI adalah masa anak yang mulai dewasa ditandai dengan pertumbuhan yang cepat yang terjadi pada tubuh luar dan dalam. Sedangkan menurut *World Health Organization (WHO)*, batasan usia anak antara 0-19 tahun. Ada 4 prinsip dasar hak anak yang terkandung di dalam Konvensi Hak-hak Anak yang disetujui oleh Majelis Umum Perserikatan Bangsa-bangsa pada tanggal 20 Nopember 1989 dan telah diratifikasi Indonesia pada tahun 1990, yaitu: Non-diskriminasi, Kepentingan yang terbaik bagi anak, Hak untuk hidup ; kelangsungan hidup; dan perkembangan, serta Penghargaan terhadap pendapat anak. Menurut prinsip dasar hak anak yang ke-3, anak mempunyai hak untuk bertumbuh dan berkembang. Bertumbuh berarti bertambahnya ukuran tubuh dan jumlah sel serta jaringan di antara sel-sel. Indikator untuk mengetahui adanya pertumbuhan adalah: adanya pertambahan tinggi badan, berat badan dan lingkar kepala. Berkembang adalah bertambahnya struktur, fungsi dan kemampuan anak yang lebih kompleks. Menurut *World Health Organization (WHO)* remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, dan menurut badan kependudukan dan keluarga berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Masa remaja merupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis maupun intelektual. Remaja merupakan masa transisi dari anak menuju dewasa, peralihan tersebut ditandai dengan perubahan dari aspek fisik psikologis dan sosial.

Korban kekerasan cenderung lebih banyak remaja termasuk anak. Menurut survei nasional berulang tentang kekerasan terhadap anak di Swedia (berdasarkan kuesioner untuk anak-anak di sekolah; pada tahun 2016 dijawab oleh 4741 anak), 12-14% anak-anak terparap kekerasan fisik oleh orang tua dan 2% pada pelecehan seksual (Hennoq et al., 2022).

Konseling Dengan Model Solution Focused Brief Counseling (SFBC) Teknik Imagery And Visualization Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

2

1993). Di sekolah-sekolah di seluruh dunia, anak-anak mengalami kekerasan yang dilakukan oleh guru atau teman sebayanya (Hong & Espelage, 2012; Global Initiative to End All Corporal Punishment of Children, 2020). Misalnya, dalam sebuah studi di antara anak-anak dari 63 negara, persentase anak-anak yang pernah mengalami disiplin kekerasan oleh gurunya setidaknya 70% di sepertiga negara (Gershoff, 2017). Bentuk kekerasan teman sebaya juga umum terjadi, dengan 30,5% remaja di 83 negara melaporkan telah diintimidasi dalam sebulan terakhir (Biswas et al., 2020). Meskipun terbukti bahwa kekerasan di sekolah adalah masalah global yang dilaporkan di berbagai latar sosial ekonomi dan negara, termasuk negara-negara berpenghasilan tinggi seperti Amerika Serikat (Global Initiative to End All Corporal Punishment of Children, 2020), tingkat prevalensi yang sangat tinggi terlihat di negara berpenghasilan rendah dan menengah (Hoeffler, 2017). Proporsi anak yang mengalami kekerasan di tangan guru atau teman sebaya secara konsisten lebih tinggi di negara-negara Afrika Sub-Sahara dibandingkan dengan wilayah lain (Global Initiative to End All Corporal Punishment of Children, 2020). Misalnya, dalam sebuah penelitian di Tanzania hampir semua anak mengalami beberapa bentuk kekerasan di sekolah (Hecker et al., 2014)(Masath et al., 2023).

Pusat Pelayanan Terpadu Perberdayaan Perempuan Dan Anak (P2TP2A) mengatakan bahwa kekerasan pada anak bisa memunculkan masalah fisik maupun psikologis pada anak di kemudian hari. Secara fisik bisa dilihat dari sekejor tubuhnya ada bekas kekerasan. Secara psikis anak yang menjadi korban kekerasan dapat mengalami masalah kejiwaan seperti gangguan stress, depresi cemas dan lain sebagainya. Akibat kekerasan yang diterima, juga sangat dimungkinkan korban mengalami gangguan psikologis

Konseling Dengan Model Solution Focused Brief Counseling (SFBC) Teknik Imagery And Visualization Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

4

yang dapat berupa gangguan emosional, gangguan perilaku maupun gangguan kognisi. Gangguan emosional yang dimaksud yakni emosi yang tidak stabil dan berdampak pada mood memburuk. Kemudian gangguan perilaku cenderung terlihat pada perubahan perilaku korban ke hal yang lebih negatif seperti malas yang berlebihan. Terakhir gangguan kognisi yakni gangguan yang mempengaruhi pola pikir korban sehingga sulit untuk berkonsentrasi, sering melamun dan pikiran kosong atau hal sejenis lainnya.

Dampak psikologis dari tindak kekerasan tidak sesederhana pemikiran masyarakat umum, begitu psikologis korban terkena dampaknya, maka pola pikir korban perlahan-lahan berubah dan mempengaruhi ke berbagai hal. Mulai dari cara berpikir terhadap sesuatu, kestabilan emosi yang rentan, bahkan hingga depresi. Dampak psikologis tersebut dapat dikatakan sebagai suatu jenis trauma pasca kejadian, dimana trauma ini cukup mempengaruhi korban, khususnya menyebabkan ketakutan berlebihan sebagai akibat dari otak yang tanpa sengaja flashback akan kejadian kekerasan yang pernah dialami. Korban juga mengalami depresi akibat dari kejadian yang menimpanya, depresi tentunya tidak dapat diremehkan karena kemungkinan terburuk dari orang depresi adalah keputusan untuk mengakhiri hidup sendiri. Kemungkinan paling kecil dan paling ringan dari seorang yang depresi adalah tindak *selfharm* atau menyakiti diri sendiri, entah itu mengiris-iris bagian tubuh dengan cutter, gunting, dan lain sebagainya yang bersifat melukai diri sendiri.

Cara orang menghadapi masalah berbeda-beda, dan sebagian besar masalah yang terjadi dalam hidup berada di luar kendali individu, tetapi kita disibukkan dengan masalah ini, yang wajar sampai batas tertentu karena berasal dari sifat manusia. Namun, poin yang patut diperhatikan adalah bahwa Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery And Visualization* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

5

Visualitation berbasis Website Si-Konseling untuk mengatasi depresi pada anak korban kekerasan.

B. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan

Tujuan buku panduan ini adalah dapat menjadi acuan, petunjuk dan tuntunan dalam melakukan konseling khususnya Konseling *Solution Focused Brief Counseling* dengan Teknik *Imagery and Visualization* untuk mengatasi Depresi pada anak dan remaja korban kekerasan. Serta dapat membantu memperlancar konseling.

2. Manfaat

- Bagi konselor, diharapkan dengan adanya buku panduan ini dapat sebagai acuan, petunjuk dan tuntunan dalam melakukan sebuah kegiatan konseling model *Solution Focused Brief Counseling* teknik *Imagery and Visualization* untuk mengatasi depresi pada anak dan remaja korban kekerasan yang berbasis *website* SI-Konseling.
- Bagi konseli, diharapkan dapat secara langsung menerapkan ilmu-ilmu yang diperoleh tentang konseling *Solution Focused Brief Counseling* teknik *Imagery and Visualization* untuk mengatasi depresi pada anak dan remaja korban kekerasan yang berbasis *website* SI-Konseling. Buku panduan ini juga diharapkan bisa menjadi acuan dan langkah-langkah bagi konseli untuk mengakses kegiatan konseling dengan berbasis *website* SI-Konseling

Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery And Visualization* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

7

kita sering terobsesi dengan masalah tanpa berpikir bahwa mungkin ada solusi untuk masalah tersebut (Mousavi et al., 2021).

Salah satu penanganan permasalahan terkait dengan kekerasan yakni dengan melaksanakan Konseling Singkat Berfokus Solusi. Sebuah studi tinjauan SFBT menunjukkan bahwa 74% studi melaporkan efek signifikan dari terapi semacam ini. Karena hemat biaya dan juga hemat waktu, metode ini dapat digunakan sebagai metode yang nyaman untuk pengobatan banyak masalah perilaku (Gingerich & Peterson, 2013). (Mousavi et al., 2021)

Konseling Singkat Berfokus Solusi (*Solution Focused Brief Counseling*) merupakan pendekatan yang didasari oleh filosofi *postmodern* sebagai landasan konseptual pendekatannya. Pendekatan SFBT sering juga disebut sebagai Terapi Konstruktivis (*Constructivist Therapy*), ada pula yang menyebutnya dengan Terapi Berfokus Solusi (*Solution Focused Therapy*). Tokoh dari pendekatan ini adalah Insoo Kim Berg dan Steve de Shazer. Pendekatan SFBT ini lebih memfokuskan bagaimana masalah klien bisa diatasi fokusnya pada solusi masalah dan kurang memperhatikan sejarah masa lalu klien serta tidak peduli dengan bagaimana permasalahan muncul. Dialog yang digunakan antara konselor dan konseli dalam SFBT diarahkan pada bagaimana sebaiknya, fokus pada solusi, dan mendiskusikan tujuan sebagai representasi dari solusi terhadap masalah yang dialami konseli. Pendekatan SFBT lebih menekankan pada kekuatan, sumber daya dan ketahanan individu yang berfokus pada solusi konseptual. Konselor SFBT percaya bahwa konseli adalah individu yang memiliki kemampuan untuk menentukan tujuan pribadi dan kemampuan atau sumber daya dalam menyelesaikan masalah mereka.

Oleh karena itu peneliti terinspirasi untuk melakukan pengembangan panduan *Solution focused brief Counseling* teknik *Imagery and Visualization* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

6

BAGIAN 2

PETUNJUK UMUM

A. Pengantar

Panduan konseling dengan model *Solution Focused Brief Counseling* dengan teknik *Imagery and Visualization* ini disusun untuk mengatasi depresi pada Anak Korban Kekerasan. Panduan ini memuat serangkaian kegiatan pelaksanaan konseling yang telah disusun sedemikian rupa, sehingga Konselor ataupun pemerhati konseling dapat menyelenggarakan layanan dan membantu konseli untuk mengatasi atau mengentaskan masalah yang dihadapi, khususnya pikiran-pikiran negatif akan hidupnya dengan menguasai unit materi secara sistematis dan bertahap, guna mencapai tujuan yang ingin dicapai.

B. Pengguna

1. Konselor

Pengguna panduan konseling dengan model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery and Visualization* untuk mengatasi Depresi pada anak dan remaja Korban Kekerasan ini diperuntukkan bagi Konselor/Pendamping konseling di Dinas Pengendalian Penduduk Keluarga Berencana Pemberdayaan Perlindungan Perempuan dan Anak (DPKKBPBPA) dan guru Bimbingan Konseling di sekolah sebagai upaya penunjang dalam pengentasan permasalahan terkait Depresi pada Anak dan Remaja korban Kekerasan.

Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery And Visualization* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

8

2. Konseli

Konseli yang dimaksud dalam proses konseling *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery and Visualization* ini adalah anak dan remaja yang telah menjadi korban kekerasan dan mengalami depresi.

Konselor dan konseli dapat mengakses pelaksanaan konseling *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery and Visualization* melalui Website SI-Konseling. Selain itu, pelaksanaan *solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery and Visualization* dapat dilakukan kapanpun oleh korban dan korban dapat dengan bersungguh-sungguh untuk mengisi jawaban atas pertanyaan atau pernyataan yang ada setelah pelaksanaan *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery and Visualization*. Hasil yang didapatkan sesuai dengan kondisi masing-masing korban. Dan konselor dapat mengaplikasikan hasil tersebut sebagai hasil evaluasi dan tindak lanjut selama pelaksanaan layanan *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery and Visualization* untuk mengatasi depresi pada anak dan remaja korban kekerasan yang telah terlaksana. Repan konseli dalam penggunaan Website SI-Konseling adalah konseli akan mengakses Website SI-Konseling dan mendapatkan layanan konseling secara *online* oleh konselor

C. Waktu Pelaksanaan

Pelaksanaan teknik ini dapat dilaksanakan kapanpun dan dimanapun konseli merasa siap dan nyaman dengan mengikuti video tutorial yang tersedia di website SI-KONSELING. Dalam satu sesi

Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery And Visualization* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

kurang lebih memerlukan waktu 15-20 menit. Pelaksanaan konseling ini dapat dilakukan dalam 2-3 kali dalam seminggu atau 6 kali kegiatan konseling.

Tabel 2. 1 Tabel waktu pelaksanaan

Sesi	Kegiatan	Waktu
Sesi 1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konseli masuk (<i>Log In</i>) ke website SI-Konseling. 2. Melakukan teknik <i>Imagery and Visualization</i> sesuai arahan dalam video yang tersedia pada Website SI-Konseling yang mencakup ketiga langkah – langkah teknik <i>Imagery and Visualization</i> yaitu tahap tahap <i>Exception-finding questions</i>, tahap <i>Miracle questions</i>, tahap <i>Scaling questions</i>. 3. Pelaksanaan diskusi setelah pelaksanaan teknik teknik <i>Imagery and Visualization</i>. 	45 menit
Sesi 2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konseli masuk (<i>Log In</i>) ke website SI-Konseling. 2. Melakukan teknik <i>Imagery and Visualization</i> sesuai arahan dalam video yang tersedia pada Website SI-Konseling yang mencakup 	45 menit

Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery And Visualization* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

	<ol style="list-style-type: none"> ketiga langkah – langkah teknik <i>Imagery and Visualization</i> yaitu tahap tahap <i>Exception-finding questions</i>, tahap <i>Miracle questions</i>, tahap <i>Scaling questions</i>. 3. Pelaksanaan diskusi setelah pelaksanaan teknik <i>Imagery and Visualization</i> 	
Sesi 3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konseli masuk (<i>Log In</i>) ke website SI-Konseling. 2. Melakukan teknik <i>Imagery and Visualization</i> sesuai arahan dalam video yang tersedia pada Website SI-Konseling yang mencakup ketiga langkah – langkah teknik <i>Imagery and Visualization</i> yaitu tahap tahap <i>Exception-finding questions</i>, tahap <i>Miracle questions</i>, tahap <i>Scaling questions</i>. 3. Pelaksanaan diskusi setelah pelaksanaan teknik <i>Imagery and Visualization</i> 	45 menit
Sesi 4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konseli masuk (<i>Log In</i>) ke website SI-Konseling. 	45 menit

Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery And Visualization* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

	<ol style="list-style-type: none"> 2. Melakukan teknik <i>Imagery and Visualization</i> sesuai arahan dalam video yang tersedia pada Website SI-Konseling yang mencakup ketiga langkah – langkah teknik <i>Imagery and Visualization</i> yaitu tahap tahap <i>Exception-finding questions</i>, tahap <i>Miracle questions</i>, tahap <i>Scaling questions</i>. 3. Pelaksanaan diskusi setelah pelaksanaan teknik <i>imagery and Visualization</i> 	
Sesi 5	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konseli masuk (<i>Log In</i>) ke website SI-Konseling. 2. Melakukan teknik <i>Imagery and Visualization</i> sesuai arahan dalam video yang tersedia pada Website SI-Konseling yang mencakup ketiga langkah – langkah teknik <i>Imagery and Visualization</i> yaitu tahap tahap <i>Exception-finding questions</i>, tahap <i>Miracle questions</i>, tahap <i>Scaling questions</i>. 	45 menit

Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery And Visualization* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

	3. Pelaksanaan diskusi setelah pelaksanaan teknik <i>Imagery and Visualization</i>	
Sesi 6	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konseli masuk (<i>Log In</i>) ke <i>website</i> SI-Konseling. 2. Melakukan teknik <i>Imagery and Visualization</i> sesuai arahan dalam video yang tersedia pada <i>Website</i> SI-Konseling yang mencakup ketiga langkah – langkah teknik <i>Imagery and Visualization</i> yaitu tahap <i>Exception-finding questions</i>, tahap <i>Miracle questions</i>, tahap <i>Scaling questions</i>. 3. Pelaksanaan diskusi setelah pelaksanaan teknik <i>Imagery and Visualization</i>. 4. Pengisian formulir Posttest yang untuk mengukur keefektifan pelaksanaan teknik <i>Imagery and Visualization</i> untuk mengatasi depresi 	45 menit

D. Teknik Konseling Model Solution Focused Brief Counseling (SFBC)

Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery And Visualization* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

13

Konseling singkat yang berfokus pada solusi (SFBC) adalah model yang berfokus pada masa depan dan berorientasi pada tujuan untuk terapi singkat yang awalnya dikembangkan oleh Steve de Shazer dan Insoo Kim Berg di Brief Family Therapy Center di Milwaukee pada awal 1980-an. Pelaksanaan konseling kelompok dengan model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* ini menggunakan 3 (tiga) teknik dalam pelaksanaannya, yakni :

1. *Exception-finding questions (Questions discovery exception)* (Kalimat *Pengecualian*), pertanyaan tentang waktu atau keadaan yang bisa membuat konseli merasakan terbebas dari masalahnya, dengan demikian bisa membangun *pececualian* yang dilakukan konseli untuk melakukan perubahan. Seperti pada saat-saat bagaimana konseli bisa nyaman dalam proses belajar, sehingga untuk meningkatkan konsep dirinya.
2. *Miracle questions (Question miracle)* (Pertanyaan Keajaiban), pertanyaan pengandaian pada konseli apabila masalahnya bisa terselesaikan dan apa yang akan dia lakukan untuk mewujudkan hal tersebut, teknik ini mendorong untuk mengetahui tujuan konseling yang diinginkan oleh konseli. Seperti "Bagaimana perasaanmu bila masalah gangguan tidurnu sudah teratasi?" sehingga mengetahui tujuan dan menemukan solusi untuk meningkatkan konsep dirinya dengan memberikan target untuk melakukannya.
3. *Scaling questions (Question-scale)* (Pertanyaan Berskala), pertanyaan berskala memungkinkan konseli untuk lebih memperhatikan apa yang mereka telah lakukan dan bagaimana mereka dapat mengambil langkah yang akan mengarahkan pada

Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery And Visualization* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

14

perubahan-perubahan yang mereka inginkan, sehingga perubahannya bisa diamati. Seperti "pada skala 0 berarti kamu merasa tidak yakin untuk menghilangkan gangguan tidurnu dan 10 kamu sangat yakin bisa menghilangkan gangguan tidurnu, sekiranya kamu pada angka berapa?".

E. Tujuan dan Manfaat

Konseling dengan model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* lebih berfokus pada masa sekarang dan akan datang. Kegiatan konseling dalam penelitian ini secara khusus menggunakan strategi konseling kreatif melalui model *Solution-Focused Brief Counseling (SFBC)*. Pada model *Solution-Focused Brief Counseling (SFBC)* ini berfokus pada pencarian solusi untuk mengatasi masalah dan melakukan suatu perubahan untuk bisa menjadi pribadi yang berkembang. Model ini tidak menekankan pada sebab pemecahan masalah dan tidak menekankan pada hubungan antara sebab permasalahan dan solusi. Sehingga pada model ini konseli akan diajak untuk mencari solusi supaya mampu untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* berfokus solusi ini konselor dan konseli mencurahkan sebagian besar waktunya untuk mengkonstruksi solusi ketimbang mengeksplorasi masalah. Dengan berfokus pada solusi terkait permasalahan depresi pada korban yang masih dalam kategori rendah, konseli diharapkan dapat untuk menumbuhkan keyakinan dan perubahan perilaku yang baik sebagai upaya pengentasan permasalahan depresi.

F. Kompetensi yang Diharapkan Muncul Pada Konseli

Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery And Visualization* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

15

Kompetensi yang diharapkan muncul pada konseli setelah pelaksanaan terapi menggunakan teknik *Imagery and Visualization* yaitu konseli dapat mengatasi depresi yang dialami, konseli juga diharapkan dapat mengembangkan diri. Dalam aspek pengetahuan, konseli yang memiliki masalah terkait belajar dan berpikir dapat teratasi setelah pelaksanaan teknik *Imagery and Visualization* ini. Dalam aspek keterampilan, konseli diharapkan mampu menguasai diri apabila dihadapkan pada hal yang mengingatkan akan peristiwa yang pernah dialami. Dalam aspek sikap, konseli diharapkan mampu membuka dirinya kembali dan tidak menarik diri dari orang lain yang berada di sekitarnya.

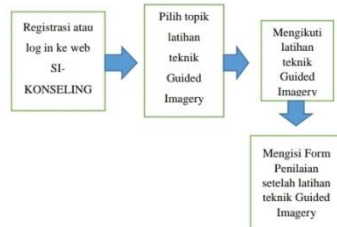
Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery And Visualization* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

16

BAGIAN 3 PROSEDUR PELAKSANAAN

A. Prosedur Pelaksanaan Kegiatan

Dalam pelaksanaan kegiatan konseling dengan model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC) teknik Imagery and Visualitation* untuk mengatasi depresi pada anak dan remaja korban kekerasan dilakukan sesuai dengan skema berikut :



Gambar 3. 1 Skema kegiatan pelaksanaan konseling SFBC Teknik Imagery and Visualitation

Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC) Teknik Imagery And Visualitation* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

B. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

Untuk mengakses layanan dan modul dalam SI-Konseling, and diwajibkan untuk registrasi akun terlebih dahulu.

Langkah-langkah registrasi akun adalah sebagai berikut.

a. Registrasi dan Log In sebagai Konselor

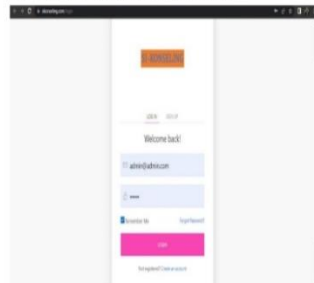
1. Registrasi dan Log In akun pada Website SI-Konseling
 - a. Buka laman melalui <https://sikonseling.com/login> browser, tunggu hingga muncul tampilan berikut.



Gambar 3. 1 Tampilan laman SI-Konseling

Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC) Teknik Imagery And Visualitation* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

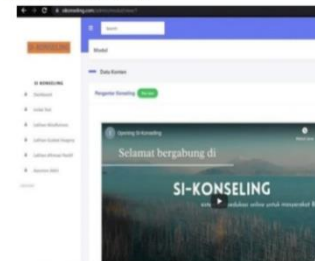
- b. Lalu pilih menu registrasi (*sign up*) jika belum memiliki akun dan *log in* jika sudah memiliki akun. Konselor dapat melakukan *Log In* dengan akun yang telah disediakan sebagai admin yaitu menggunakan akun admin@admin.com dengan memasukkan password yaitu admin.



Gambar 3. 2 Tampilan laman SI-Konseling

Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC) Teknik Imagery And Visualitation* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

- c. Anda akan diarahkan pada tampilan *dashboard* SI-Konseling sebagai berikut.

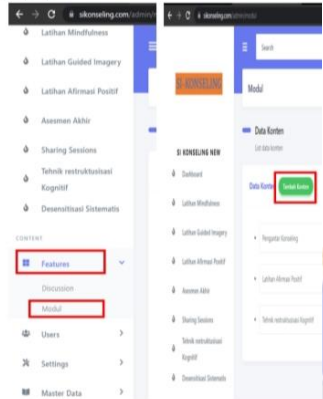


Gambar 3.3 Tampilan dashboard SI-Konseling

- d. Anda dapat mengakses menu yang terdapat pada bagian kiri (garis tiga diatas) untuk mengikuti kegiatan dalam SI-Konseling.

Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC) Teknik Imagery And Visualitation* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

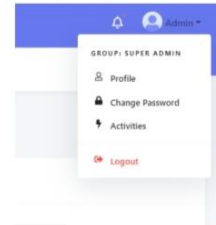
- e. Jika anda ingin menambahkan modul ataupun konten dalam Website SI-Konseling, anda dapat memilih pilih "Features" lalu klik "Modul", setelah itu anda dapat memilih "Tambah Konten" dan menambahkan konten yang ingin anda tambahkan.



Gambar 3.4 Tampilan menu SI-Konseling

Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery And Visualization* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

- f. Jika anda telah selesai mengakses SI-Konseling, anda dapat *logout* dengan mengklik nama anda pada bagian kanan atas dan pilih "Logout" seperti contoh berikut.

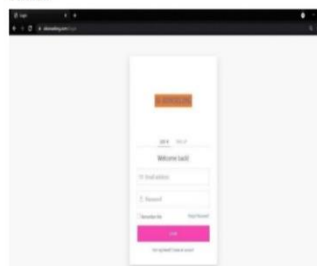


Gambar 3. 5 Tampilan *logout*

Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery And Visualization* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

b. Registrasi atau log in sebagai konseli

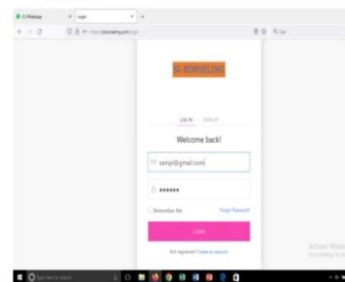
- 1. Registrasi dan Log In akun pada Website SI-Konseling
 - a. Buka laman melalui <https://sikonseling.com/login> browser Handphone atau laptop, tunggu hingga muncul tampilan berikut.



Gambar 3.6 Tampilan laman

Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery And Visualization* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

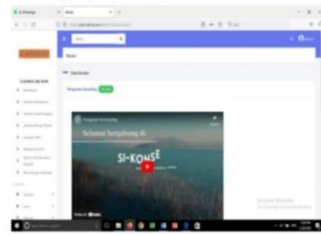
- b. Masukkan email dan password lalu klik *log in*. Jika belum memiliki akun maka isi setiap kolom seperti contoh, lengkapi dengan nama, alamat e-mail dan *password* yang akan anda gunakan. Apabila sudah lengkap, centang pada pernyataan "I agree the Terms and Conditions" dan klik "SIGN UP".



Gambar 3.7 Tampilan saat log in

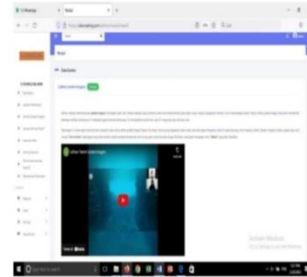
Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery And Visualization* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

- c. Berikut tampilan setelah *dashboard*, terdapat pengantar konseling yang dapat disimak.



Gambar 3.8 Tampilan Dashboard

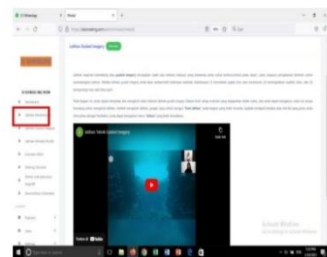
- d. Setelah itu, konseli dapat memilih menu latihan teknik *Guided Imagery*. Pelaksanaan latihan teknik *Imagery* dapat diawali dengan mengklik topik "Latihan *Imagery*", seperti gambar berikut.



Gambar 3.9 Tampilan menu latihan

- e. Melakukan latihan teknik *Imagery and Visualisation*

Dalam topik tersebut terdapat video tahapan pelaksanaan latihan teknik *Imagery* sebagai acuan dalam pelaksanaan latihan teknik *Imagery* yang dapat diakses dan diikuti dengan mudah. Pelaksanaan teknik ini dapat dilaksanakan kapanpun dan dimanapun konseli merasa siap dan nyaman dengan mengikuti video tutorial yang tersedia di *Website SI-KONSELING*. Dalam satu sesi kurang lebih memerlukan waktu 15-20 menit. Langkah – langkah pelaksanaan *Imagery* dapat disimak dalam video yang telah tersedia.

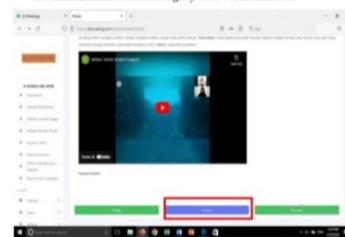


Gambar 3.10 Tampilan saat latihan

- f. Mengisi Formulir setelah latihan teknik *Imagery*

Setelah pelaksanaan latihan teknik *Imagery*, maka langkah selanjutnya yang harus dilakukan adalah mengisi formulir dengan bersungguh – sungguh, melalui link Google Formulir dengan mengakses link Google Formulir yang ada di bagian "isi form" latihan teknik *Imagery* sebagai berikut.

Pengisian formulir ini adalah untuk mengetahui apakah ada perubahan yang dirasakan konseli setelah melaksanakan teknik *Imagery and Visualisation*.



Gambar 3.11 Tampilan saat isi form

Gambar 3.12 Tampilan form

BAGIAN 4 PENUTUP

A. Kesimpulan

Panduan Konseling model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* teknik *Imagery and Visualization* untuk mengatasi Depresi pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan merupakan tata cara pelaksanaan kegiatan salah satu layanan bimbingan dan konseling yakni konseling kelompok dengan menggunakan model konseling *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* dengan teknik *Imagery and Visualization* yang dapat digunakan oleh konselor dan para korban kekerasan. Dimana pada buku panduan ini dijelaskan mengenai langkah-langkah pelaksanaan konseling untuk mengatasi permasalahan terkait Depresi pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan. Sehingga memudahkan konselor dan Konseli dalam melaksanakan konseling.

B. Saran

Masih banyak kekurangan yang terdapat pada buku panduan ini, karenanya penulis membutuhkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca agar buku panduan ini menjadi lebih baik dan tentunya dapat digunakan dalam pelaksanaan konseling *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery and Visualization* untuk mengatasi Depresi pada anak dan remaja korban kekerasan.



DAFTAR PUSTAKA

- Anindya, A., Dewi, Y. I. S., & Oentari, Z. D. (2020). Dampak Psikologis dan Upaya Penanggulangan Kekerasan Seksual Terhadap Perempuan. *Terapan Informatika Nusantara*, 1(3), 137–140. <https://ejournal.seminad.com/index.php/tin/article/view/394>
- Fortin-Langelier, E., & Daigneault, I. (2022). Childhood sexual abuse, teenager pregnancy and the mediating role of psychiatric comorbidity. *Children and Youth Services Review*, 138(March), 10650. <https://doi.org/10.1016/j.chidyouth.2022.106509>
- Hennocq, Q., Adjed, C., Chappuy, H., Orliaguet, G., Monteil, C., Kebir, C. E., Picard, A., Segna, E., Beeker, N., & Khonsari, R. H. (2022). Injuries and child abuse increase during the pandemic over 12942 emergency admissions. *Injury*, xxx, 20–2. <https://doi.org/10.1016/j.injury.2022.08.013>
- Masath, F. B., Scharpf, F., Dumke, L., & Hecker, T. (2023). Child Abuse and Neglect Externalizing problems mediate the relation between teacher and peer violence and lower school performance. *Child Abuse and Neglect*, 135(November 2022), 10598. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2022.105982>
- Mousavi, S. A., Ramezani, S., & Khosravi, A. (2021). Solution-focused counseling and its use in postpartum depression. In *The Neuroscience of Depression: Features, Diagnosis, and Treatment*. Elsevier Inc. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-817933-8.00047-5>
- Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery And Visualization* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan
- Pasalbessy, J. D. (2010). Dampak Tindak Kekerasan Terhadap Perempuan Dan Anak Serta Solusinya. *Sasi*, 16(3), 8. <https://doi.org/10.47268/sasi.v16i3.781>
- Konseling Dengan Model *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* Teknik *Imagery And Visualization* Untuk Mengatasi Depresi Pada Anak dan Remaja Korban Kekerasan

Profil Penulis



Ina Rahmadani Fitri lahir di Negara pada tanggal 17 Desember 1999. Penulis lahir dari pasangan suami istri, Saipurrahim dan Nurwahidah. Penulis berkebangsaan Indonesia dan beragama Islam. Kini penulis beralamat di Desa Kaliakah, Dusun Pangkung Buluh, Kecamatan Negara, Kabupaten Jembrana, Provinsi Bali. Penulis menyelesaikan pendidikan dasar di MIN 5 Jembrana dan lulus pada tahun 2012. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan di SMPS Firdaus Negara dan lulus pada tahun 2015. Pada tahun 2018, penulis lulus dari MAN 1 Jembrana jurusan Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam dan melanjutkan Pendidikan ke jenjang Strata 1 (S1) Program Studi Bimbingan Konseling di Universitas Pendidikan Ganesha.

Riwayat Hidup



Inda Rahmadani Fitri lahir di Negara, Bali pada 17 Desember 1999. Penulis lahir dari pasangan Bapak Saipurrahim dan Ibu Nurwahidah. Penulis berkebangsaan Indonesia dan beragama Islam. Penulis beralamat di Dusun Pangkung Buluh, Desa Kaliakah, Kecamatan Negara, Kabupaten Jembrana

Adapun riwayat pendidikan penulis yaitu menyelesaikan Pendidikan Sekolah Dasar di MIN 5 Jembrana lulus pada tahun 2012. Kemudian melanjutkan ke jenjang Sekolah Menengah Pertama di SMP Firdaus Negara, lulus pada tahun 2015. Penulis melanjutkan ke jenjang Sekolah Menengah Atas di MAN 1 Jembrana dan lulus pada tahun 2018. Penulis melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi di Universitas Pendidikan Ganesha. Pada Semester 8 di tahun 2023 penulis telah menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “Pengembangan Panduan Model Konseling *Solution Focused Brief Counseling* Teknik *Imagery and Visualitation* Berbasis *Website* SI-Konseling Untuk Mengatasi Depresi Pada Remaja Korban Kekerasan”.