BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kebahagiaan masuk kedalam aspek fundamental dan tujuan utama dari setiap individu. Ia lebih dari sekadar emosi sesaat; kebahagiaan adalah sebuah kondisi di mana pengalaman positif lebih dominan dibandingkan yang negatif (Hapsari & Sholichah, 2022). Ini mengindikasikan bahwa kebahagiaan melibatkan proses kognitif dan emosional yang kompleks, di mana individu secara aktif memelihara dan memperkuat pengalaman-pengalaman yang membahagiakan, serta menghindari rasa sakit dan mengejar kesenangan (Dwitanto & Laili, 2022). Kebahagiaan merupakan hak setiap individu, tak terkecuali termasuk bagi mereka yang sedang menghadapi tekanan hidup berat (Semardi dalam Hapsari & Sholichah, 2022)

Dalam konteks budaya Bali, konsep kebahagiaan ini sangat erat kaitannya dengan filsafah Tri Hita Karana (THK). Menurut Gading dkk., (2024) Tri Hita Karana merupakan konsep hidup yang mengajarkan tiga pilar utama kebahagiaan, yaitu harmonisasi hubungan dengan Tuhan (Parhyangan), harmonis dengan sesama manusia (Pawongan), dan harmonis dengan alam lingkungan (Palemahan). Tri Hita Karana memiliki kelebihan dalam mengkonsep kebahagiaan yang dimana sifatnya yang holistik dan kontekstual, mencakup dimensi spiritual, sosial, dan ekologis yang diyakini menjadi fondasi kesejahteraan sejati bagi masyarakat Bali (Wardana, W., 2013). Teori Kebahagian ini menjadi landasan yang komprehensif untuk memahami kebahagiaan, bukan hanya sebagai kondisi individual, tetapi juga

sebagai hasil dari keseimbangan dan keselarasan individu dengan lingkungannya. Dalam penelitian ini, kebahagiaan wanita korban KDRT akan ditinjau dari perspektif filsafah Tri Hita Karana, karena KDRT secara fundamental merusak aspek Pawongan (hubungan dengan manusia dan berpotensi mengganggu harmoni Parhyangan serta Palemahan dalam hidup wanita korban KDRT.

Meskipun kebahagiaan adalah tujuan utama, realitas menunjukkan bahwa kebahagiaan yang ideal ini belum sepenuhnya tercapai di Indonesia. Dalam *Word Hapiness Report* tahun 2024 mencatat bahwa Indonesia berada dalam urutan ke 80 sebagai negara bahagia. Data tersebut merepresentasikan bahwa masyarakat Indonesia belum bisa mendapatkan kebahagiaannya sesuai dengan yang diharapkan. Provinsi Bali menduduki peringkat ke-28 dari 38 provinsi di Indonesia hal ini menunjukkan bahwa provinsi Bali tidak termasuk kedalam 10 provinsi terbahagia menurut Badan Pusat Statistika. Fenomena ini menunjukkan bahwa kebahagiaan masyarakat Indonesia menjadi isu yang serius.

Faktor yang mempengaruhi kebahagiaan diantaranya hubungan dengan Tuhan, hubungan dengan sesama manusia dan hubungan dengan alam (Gading dkk., 2024). Didalamnya meliputi keluarga, orang tua, pasangan, usia, kesehatan (Jiang dkk., 2022), pendapatan, pekerjaan, komunitas, pemerintah, agama, pendidikan, gender, dan kualitas hidup (Hapsari & Sholichah, 2022), hubungan sosial, pencapaian pribadi, kontribusi terhadap masyarakat, dan kemampuan untuk menemukan makna hidup (Atikasari, 2021). Semuanya memainkan peran penting dalam membentuk tingkat kebahagiaan seseorang.

Salah satu faktor signifikan yang terbukti secara konsisten mengurangi kebahagiaan adalah kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Penelitian yang

diteliti oleh Diette dkk., (2018) menyebutkan bahwa kekerasan dalam rumah tangga secara signifikat mengurangi kebahagiaan orang dewasa, dengan dampak terbesar pada wanita. Frekuensi kekerasan meningkatkan tekanan psikologis dan secara keseluruhan menurunkan kebahagiaan. Diperkuat oleh penelitian Kolbaşi, dkk., (2023) kekerasan fisik dan emosional dari pasangan dapat menurunkan tingkat kebahagiaan dan kepuasan hidup serta meningkatkan depresi. Studi di Polandia oleh Pawłowska-Muc dkk., (2023) bahkan mencatat bahwa wanita korban KDRT memiliki tingkat kepuasan hidup dan kebahagiaan yang jauh lebih rendah (13.78 dari 100) dibandingkan wanita tanpa KDRT (21,04). Di Indonesia, tingkat kebahagiaan ibu rumah tangga yang mengalami KDRT juga cenderung rendah (Ilmi dkk., 2023). Penelitian.,yang dilakukan di Padang menguatkan bahwa wanita korban KDRT yang mempertahankan pernikahannya cenderung memiliki tingkat kebahagiaan yang rendah (Putri & Aviani, 2019). Ini mengindikasikan bahwa pengalaman KDRT dapat secara luas menurunkan tingkat kebahagiaan dan kesejahteraan mental ibu rumah tangga, mengingat dampak negatif pada kesehatan mental dan sosial mereka.

Di Indonesia, kasus KDRT sendiri merupakan isu yang sangat mengkhawatirkan. Mengacu pada informasi yang dirilis oleh Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA) KDRT tercatat sebagai bentuk kekerasan yang paling banyak menimpa perempuan dibandingkan jenis kekerasan lainnya. Catatan tahunan Komnas Perempuan tahun 2025 menunjukkan bahwa pada tahun 2024, sebanyak 27.658 perempuan menjadi korban kekerasan, dengan 18,6% di antaranya adalah ibu rumah tangga. Data KemenPPPA per 1 Januari 2025 juga mencatat 2.883 perempuan menjadi korban, 19,3% di

antaranya adalah ibu rumah tangga, ini mengindikasikan bahwa sebagian besar KDRT di Indonesia terjadi antara suami dan istri. Fenomena ini juga tercermin di Bali, dengan angka KDRT yang mengkhawatirkan. Data KemenPPPA tahun 2024 mencatat 297 korban kekerasan terhadap perempuan dewasa di Bali, termasuk 96 korban kekerasan fisik dan 133 korban kekerasan psikis. Di Kabupaten Buleleng sendiri, tahun 2024 jumlah kasus KDRT meningkat menjadi 74 kasus dibandingkan tahun 2023 yang tercatat sebanyak 56.

Untuk memahami lebih dalam dampak KDRT terhadap kebahagiaan di Buleleng, peneliti telah melakukan serangkaian wawancara. Ibu Githa, anggota Satreskrim Unit 4 Polres Buleleng bagian Perlindungan Perempuan dan Anak (PPA), pada 27 Maret 2025 mengungkapkan bahwa sejak Januari 2025, sudah tercatat kurang lebih 15 laporan KDRT. Petugas PPA mengungkapkan bahwa dalam proses penyelidikan, para korban sering kali menyampaikan adanya ketidakbahagiaan yang dirasakan korban akibat kurangnya hubungan yang harmonis antara keluarga khususnya antara suami dan istri serta kurangnya kehangatan dalam hubungan pernikahan mereka. Berbagai faktor kompleks disampaikan sebagai pemicu terjadinya tindak kekerasan yang terjadi yaitu seperti masalah ekonomi, pekerjaan, kebiasaan buruk dan perselingkuhan.

Lebih lanjut, wawancara dilakukan dengan ibu Bella selaku psikolog pekerja sosial dari Kementerian Sosial wilayah Buleleng yang bekerja sama dengan Satreskrim pada tanggal 29 Maret 2025, sebagian besar korban KDRT mengalami trauma psikologis serta cenderung merasa tidak bahagia akibat KDRT. Temuan ini mengindikasikan adanya dampak psikologis dan rendahnya kebahagiaan akibat KDRT pada korban yang signifikan terjadi di wilayah ini.

Wawancara lebih mendalam dilakukan langsung kepada salah satu korban KDRT pada tanggal 3 April 2025, berinisial YKD (22 thn) menjelaskan bahwa kekerasan yang dialami berupa pemukulan dan pengancaman akibat sifat suami yang tempramental dan cemburuan, korban menjelaskan bahwa kejadian ini bukan sekali dalam penikahannya namun sudah beberapa kali sehingga korban merasa ketakutan. Korban menuturkan bahwa setelah mengalami tindak kekerasan korban merasa tidak bahagia selama pernikahan, kebahagiaan yang diharapkan tidak bisa korban dapatkan akibat seringnya mengalami KDRT. Akibat dari KDRT yang dialami membuat korban selalu merasa rendah diri, dan yang utama korban menyampaikan bahwa KDRT telah merampas kebahagiaannya, korban tidak lagi merasakan sukacita dan kedamian dalam hidupnya.

Wawancara selanjutnya pada korban berinisial LBA (34 thn) pada tanggal 9 April 2025 menyampaikan bahwa korban mendapatkan KDRT dari suaminya dikarenakan masalah ekonomi, suami korban tidak bisa memberikan nafkah sesuai dengan kebutuhan keluarga hingga terjadi perselisihan atara korban dengan pelaku hingga terjadi KDRT. KDRT yang dilakukan berupa penamparan, dan penyiraman kuah sayur panas. Korban menyampaikan bahwa kejadian ini membuat korban merasa sakit hati, tidak berharga, dan tidak bahagia dalam pernikahannya.

Mengingat dampak negatif KDRT terhadap kebahagiaan, intervensi yang berfokus pada peningkatan kebahagiaan sangatlah penting untuk membantu korban pulih dari pengalaman traumatis. Kebahagiaan dalam konteks ini, bukan sekedar perasaan sementara, tetapi faktor krusial yang mencangkup kepuasan hidup, efek positif, dan pengurangan efek negatif (Huang, 2024). Berbagai penelitian sebelumnya telah mencoba mengkaji isu kebahagiaan pada wanita korban

kekerasan, seperti penelitian terkait pengalaman kekerasan mempengaruhi *subjective well-being* yang dilakukan oleh (Mayongbo dkk., 2024) didapatkan bahwa kekerasan terhadap perempuan secara indipenden memengaruhi subjective well-being perempuan. Penelitian lainnya terkait upaya intervensi untuk meningkatkan *subjective well-being* yakni terapi pemaafan untuk meningkatan *subjective well-being* (Pratiwi, 2022) terapi pemaafan terbukti dapat meningkatkan *subjective well-being*. Namun, pada tahapan tindak lanjut (*follow-up*), salah satu subjek mengalami penurunan skor *subjective well-being*.

Menimbang kekosongan dan kebutuhan akan intervensi yang terbukti efektif, konseling *Cognitive Behavioral* muncul sebagai solusi. Nuraeni dkk., (2024) menunjukkan efektivitas konseling kelompok *Cognitive Behavioral* dengan teknik restrukturisasi kognitif dapat mengurangi kecemasan sosial. Lebih lanjut, Zahra (2022) bukan hanya itu penelitian dengan judul "*The Effectiveness Of The Revised Protocol Of Trauma-Focused Cognitive-Behavioral Therapy (TF-COGNITIVE BEHAVIORAL) On The Quality Of Life And Psychological Distress In Female Victims Of Domestic Violence*" menunjukkan bahwa terapi *Cognitive Behavioral* yang berfokus pada trauma terbukti efektif dalam mengurangi tekanan psikologis dan meningkatkan kualitas hidup, baik dari segi kesehatan mental maupun fisik, pada wanita korban KDRT.

Dengan demikian, pendekatan ini mengadopsi pandangan yang lebih holistik, mempertimbangkan aspek fisik, emosional, mental, dan spiritual individu. Secara teoritis, grand teori konseling *cognitive behavior* merupakan integrasi dari teori behavioral (B.F. Skinner) dan teori kognitif (Aaron T. Beck dan Albert Ellis). Asumsi dasarnya adalah bahwa pikiran, perasaan, dan perilaku saling

memengaruhi. Konseling *cognitive behavior* menekankan bahwa persepsi atau pikiran negatif dapat menyebabkan gangguan emosi dan perilaku, dan dengan mengubah pola pikir maladaptif, individu dapat meningkatkan kondisi emosional serta perilakunya. Pendekatan ini sangat sesuai untuk korban KDRT karena membantu mereka menyadari adanya pikiran-pikiran negatif yang muncul akibat pengalaman traumatis, kemudian menggantinya dengan cara berpikir yang lebih positif, sesuai dengan realita dan adaptif, sehingga mendukung pemulihan kebahagiaan dan kesejahteraan mental mereka.

Namun, belum banyak penelitian yang secara eksplisit menguji pengaruh Konseling *Cognitive Behavioral* dalam meningkatkan kebahagiaan pada wanita korban KDRT berlandaskan teori kebahagian Tri Hita Karana. Mengingat tingginya angka KDRT di Buleleng dan rendahnya tingkat kebahagiaan di Bali, kajian yang menggabungkan intervensi berbasis bukti seperti dengan kerangka teori lokal yang relevan (Tri Hita Karana) yang sangat diperlukan untuk menemukan pendekatan intervensi yang tepat dan kontekstual. Penelitian ini mengadopsi pandangan dengan mempertimbangkan aspek fisik, emosional, mental, sosial dan spiritual individu yang sejalan dengan prinsip Tri Hita Karana.

Oleh karena itu, dari penjelasan fenomena dan kekosongan riset di atas, Kajian ini dinilai sangat menarik untuk dilaksanakan karena memiliki relevansi yang tinggi. Adapun penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengaruh Konseling *Cognitive Behavioral* terhadap kebahagiaan berbasis filsafah tri hita karana pada wanita korban KDRT di Buleleng, dengan mengintegrasikan filsafah Tri Hita Karana sebagai kerangka kebahagiaan. Dengan fokus pada pendekatan konseling yang terbukti efektif dalam mengatasi trauma emosional dan secara

bersamaan meningkatkan kebahagiaan yang utuh menurut kearifan lokal, penelitian ini diharapkan mampu berkontribusi terhadap pengembangan intervensi psikologis yang lebih efektif dan relevan secara budaya bagi para wanita korban KDRT. Sehingga, sebagai upaya untuk mengkaji permasalahan tersebut, peneliti melaksanakan penelitian yang berjudul "Pengaruh Konseling *Cognitive Behavioral* Terhadap Kebahagiaan Berbasis Filsafah Tri Kita Karana Berbasis Filsafah Tri Hita Karana Pada Wanita Korban KDRT".

1.2 Identifikasi Masalah Penelitian

Merujuk pada uraian latar belakang tersebut, dapat diketahui adanya beberapa hal yang dapat diidentifikasi yang terkait dengan pengaruh konseling *Cognitive Behavioral* terhadap kebahagiaan wanita korban KDRT, yaitu :

1.2.1 Kondisi kebahagiaan wanita korban KDRT di Buleleng yang rendah.

1.2.2 Kesenjangan pengetahuan mengenai pengaruh Konseling *Cognitive Behavioral* dalam meningkatkan kebahagiaan wanita korban KDRT di Buleleng.

1.3 Pembatasan Masalah

Sejalan dengan identifikasi masalah yang telah dikemukakan, penelitian ini difokuskan pada beberapa batasan agar pembahasan lebih terarah dan tidak meluas. Penelitian ini berfokus pada pengaruh konseling *Cognitive Behavioral* terhadap tingkat Kebahagiaan wanita korban KDRT. Penelitian ini dilakukan di Polres Buleleng, peneliti hanya pada wanita dewasa korban KDRT.

1.4 Rumusan Masalah Penelitian

Masalah yang dirumuskan dalam penelitian ini dapat diuraikan sebagai berikut:

1.4.1 Bagaimana tingkat kondisi kebahagiaan wanita korban KDRT yang terdata di Polres Buleleng?

1.4.2 Apakah Konseling *Cognitive Behavioral* berpengaruh positif terhadap kebahagiaan wanita korban KDRT yang terdata di Polres Buleleng?

1.5 Tujuan Penelitian

Mengacu pada rumusan masalah yang telah dijelaskan, tujuan dari penelitian ini adalah:

1.5.1 Untuk menganalisis dan mendeskripsikan tingkat kondisi kebahagiaan wanita korban KDRT yang terdata di Polres Buleleng.

1.5.2 Untuk menganalisis dan mendeskripsikan apakah konseling *Cognitive Behavioral* berpengaruh positif terhadap Kebahagiaan wanita korban KDRT yang terdata di Polres Buleleng.

1.6 Manfaat Hasil Penelitian

Penelitian ini diproyeksi memiliki manfaat, baik manfaat teoritis maupun manfaat praktis. Adapun uraiannya yakni sebagai berikut:

1.6.1 Secara teoritis, diharapkan penelitian ini turut menambah khazah keilmuan dalam bidang Bimbingan dan Konseling serta Psikologi, khususnya dalam bidang peningkatan kebahagiaan korban KDRT serta hasil penelitian ini dapat

menjadi sumber referensi bagi kalangan akademik yang akan melaksanakan penelitian serupa.

1.6.2 Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi penulis, peneliti lain, wanita korban KDRT, Konselor, Psikolog, dan Polisi satreskrim. Adapun uraiannya sebagai berikut:

1) Bagi penulis, penelitian ini memperkaya keilmuan dan pemahaman terkait kondisi kebahagiaan wanita korban KDRT dan bagaimana konseling behavior ini dapat mempengaruhi kebahagiaan pada wanita korban KDRT
2) Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan rujukan dalam mengembangkan penelitian yang sejenis.
3) Bagi wanita korban KDRT, hasil penelitian ini diharapkan dapat memulikan kondisi dari dampak negatif KDRT dan meningkatkan kebahagiaan.
4) Bagi Konselor dan Psikolog, hasil penelitian ini dapat menjadi bukti ilmiah yang kuat untuk mendukung penggunaan konseling kogitif behavior sebagai intervensi yang efektif dalam menangani masalah kebahagiaan pada wanita korban KDRT.
5) Bagi polisi satreskrim unit 4 PPA, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman tentang dampak KDRT terhadap kebahagiaan wanita korban KDRT serta pentingnya dukungan psikologis terhadap wanita korban KDRT.