

STUDI PUSTAKA RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY DALAM MENANGANI KORBAN KEKERASAN SEKSUAL

Ardiansyah Pandu Dewanata

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: ardiansyah.18037@mhs.unesa.ac.id

Titin Indah Pratiwi

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: titinindahpratiwi@unesa.ac.id

Abstrak

Kekerasan seksual adalah sebuah kejahatan yang bisa terjadi dimana saja dan bisa menimpa siapa saja. Korban dari kekerasan seksual sendiri akan mengalami trauma yang berkelanjutan dan mendalam sebagai akibat dari apa yang mereka alami. Tidak sedikit juga korban kekerasan seksual yang sudah ditangani dengan penerapan layanan konseling. Salah satu penerapan layanan konseling bagi korban kekerasan seksual adalah dengan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Oleh karena itu, penulis ingin mengkaji dari penelitian-penelitian terdahulu mengenai REBT dalam menangani korban kekerasan seksual. Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah studi kepustakaan dengan mengumpulkan data dari hasil yang relevan. Tujuan dari studi kepustakaan dalam penelitian ini adalah 1) menemukan sebuah masalah atau topik untuk diteliti, 2) mencari informasi dan data yang relevan dengan topik yang akan diteliti, 3) mengkaji sebuah teori dasar yang relevan dengan topik yang akan diteliti, dan 4) menambah pengetahuan peneliti mengenai masalah dan topik yang akan diteliti. Teknik analisis yang dipakai adalah analisis isi. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwasanya layanan konseling dengan menggunakan pendekatan REBT dalam menangani korban kekerasan seksual terbilang efektif. Banyak penelitian yang terdahulu menggunakan pendekatan REBT dalam menangani korban kekerasan seksual. Hal ini dikarenakan REBT mampu mengubah pandangan korban yang awalnya irasional menjadi rasional dan juga mampu mengembangkan pikiran, perasaan, dan perilaku korban menjadi lebih baik.

Kata Kunci: korban kekerasan seksual, trauma, *Rational Emotive Behavior Therapy*

Abstract

Sexual violence is a crime that can happen anywhere and can happen to anyone. Victims of sexual violence themselves will experience ongoing and deep trauma as a result of what they have experienced. Not a few victims of sexual violence have been handled with the application of counseling services. One of the application of counseling services for victims of sexual violence is to use the approach *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Therefore, Therefore, the authors would like to examine previous studies about REBT in dealing with victims of sexual violence. The method used in this research is a literature study by collecting data from relevant results. The objectives of the literature study in this research are 1) Finding a problem or topic to be researched, 2) Searching for information and data relevant to the topic to be researched, 3) Reviewing a basic theory that is relevant to the topic to be researched, and 4) Adding the researcher's knowledge of the problems and topics to be studied. The analysis technique used is content analysis. The results of this study indicate that counseling services using the REBT approach in dealing with victims of sexual violence are fairly effective. Many previous studies have used the REBT approach in treating victims of sexual violence. This is because REBT is able to change the victim's views that were initially irrational to become rational and is also able to develop the victim's thoughts, feelings and behavior for the better.

Keywords: victims of sexual violence, trauma, *Rational Emotive Behavior Therapy*

PENDAHULUAN

Kekerasan seksual adalah salah satu dari kekerasan yang dapat terjadi dimana saja entah itu di ruang publik ataupun pribadi (Purwanti & Hardiyanti, 2018). Di Indonesia sendiri kasus kekerasan seksual setiap tahunnya selalu mengalami peningkatan dan

korbannya tidak hanya dari kalangan dewasa saja akan tetapi juga terjadi terhadap remaja, anak-anak bahkan balita. Peningkatan tersebut terjadi bukan hanya dari kuantitasnya saja (banyaknya kasus yang ada), tetapi dari segi kualitas juga. Mirisnya adalah pelaku kekerasan seringnya berasal dari lingkungan terdekat seperti keluarga atau lingkungan sekitar, antara lain di

dalam rumahnya sendiri, lembaga pendidikan, kantor tempat bekerja, dan lingkungan sosial (Noviana, 2015).

Kekerasan seksual adalah suatu istilah yang merujuk hubungan yang menyimpang dan menyusahkan korban. Dengan terjadinya peristiwa kekerasan seksual, penderitaan yang dialami oleh korban akan menjadi akibat serius yang membutuhkan perhatian (Wahid et al., 2001).

Berdasarkan data Sistem Online Perlindungan Perempuan dan Anak (Simfoni) Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Anak, jumlah angka kekerasan pada mengalami kenaikan yang tinggi. Diketahui 88,65% remaja perempuan dan 70,68% remaja laki-laki di Indonesia yang memiliki usia dengan rentang 13 hingga 17 tahun mengalami kekerasan fisik, sementara itu 92,22% remaja perempuan dan 86,65% remaja laki – laki telah mengalami kekerasan secara emosional. Lalu berdasarkan data dari Lembaga Perlindungan Saksi dan Korban (LPSK) di tahun 2016 ada 25 kasus, selanjutnya di tahun 2017 81 kasus, berikutnya pada tahun 2018 ada 206 kasus dan di tahun 2019 ditemukan sebanyak 350 kasus kekerasan seksual pada anak (Fitra & Karneli, 2023).

Sedangkan berdasarkan data Komnas Perempuan, terdapat total 431.471 kasus yang dialami oleh perempuan yang terjadi di tahun 2019. Dari jumlah itu telah mengalami kenaikan sebanyak 6% dari tahun 2018, yaitu 406.178 kasus. Lalu pada tahun 2020 angka kekerasan terhadap perempuan mengalami penurunan hingga 299.911, berkurang 31% dari kasus di tahun 2019. Walaupun sudah mengalami penurunan, namun angka kekerasan seksual di Indonesia masih terbilang cukup tinggi (Agustina & Noviasari, 2022).

Di dalam pendekatan konseling, terdapat salah satu pendekatan yang bernama *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT). Menurut (Bernard & Dryden, 2019) *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah sebuah pendekatan yang lebih berfokus terhadap seberapa pentingya peran dari pikiran atau kognitif terhadap perilaku individu atau *behavior*. Sedangkan menurut (Latipun, 2015) menyebutkan REBT adalah sebuah terapi yang lengkap atau komprehensif dalam menangani permasalahan dalam aspek hubungan antara emosi, kognisi serta perilaku. Pendekatan ini lebih menekankan manusia merupakan sebuah bagian yang dikendalikan oleh cara atau sistem berpikir serta mekanisme perasaan yang langsung berkaitan oleh sistem psikis yang dimiliki dalam diri tiap individu.

Menurut (Khaira et al., 2017) pendekatan REBT memiliki tujuan untuk memperbaiki dan merubah keyakinan, cara berpikir, sikap, persepsi dan juga pandangan manusia yang irasional hingga menjadi rasional, sehingga manusia dapat meningkatkan pengembangan diri serta mencapai realisasi diri yang optimal. Selain itu, tujuan dari REBT adalah menghilangkan hambatan emosional seperti: cemas,

marah, was-was, benci, rasa bersalah, takut yang disebabkan oleh pemikiran yang irasional, dan melatih serta mengajarkan manusia agar dapat menghadapi kenyataan hidup secara rasional dan membangkitkan kemampuan diri, nilai-nilai, dan kepercayaan diri.

Musslifah dalam (Nurdiana, 2023) mengemukakan bahwa pandangan REBT melihat manusia dapat menyakiti dirinya sendiri melalui pikiran-pikiran tidak rasional serta tidak ilmiah dalam mengembangkan kebahagiaan dalam hidup dengan berfikir rasional berlandaskan bukti maupun fakta yang ada. REBT adalah salah satu pendekatan yang membantu manusia melalui pikiran, emosi, dan perilaku. Sedangkan menurut (Kurnanto, 2013) REBT merupakan sebuah model konseling yang berfokus pada kebersamaan serta reaksi yang timbul antara pikiran dengan akal sehat (*rational emotive*), perasaan (*emoting*), serta berperilaku (*acting*). Tujuan adanya pendekatan REBT adalah untuk manusia agar dapat berfikir secara rasional terkait permasalahan-permasalahan yang menimpanya serta dapat menghindari pemikiran yang irasional.

Ellis dalam (Habsy, 2018) memiliki pandangan tentang hakikat manusia: (1) mempunyai keinginan bertahan hidup (2) melibatkan emosi dalam mencapai keinginan ke arah yang lebih rasional (3) mempunyai kekuatan diri yang rasional (baik: memelihara, aktualisasi diri) dan irasional (buruk: merusak, menghancurkan diri) (4) mengejar kepuasan dalam jangka waktu yang panjang atau pendek (5) memiliki kecenderungan berpikir irasional dan rasional (6) cenderung membandingkan perilakunya dan dirinya sendiri (7) gampang terpengaruh atas pendapat atau penilaian orang lain

Memahami suatu kepribadian manusia melalui pandangan REBT perlu mengerti terkait sebuah konsep dasar dari REBT yang dibuat oleh Ellis, yaitu sebuah teori konsep ABCDE. Menurut (Latipun, 2015) terkait dengan teori A-B-C-D-E; (1) A (*antecedent event*) merupakan kejadian di masa lalu yang berupa sebuah fakta, sebuah peristiwa, serta perilaku atau sikap orang atau objek lain. (2) B (*belief*) merupakan sebuah keyakinan, cara tiap individu memandang sebuah nilai atas sebuah peristiwa (3) C (*emotional consequence*) adalah sebuah konsekuensi atau feedback yang timbul akibat dari reaksi manusia yang terbentuk melalui perasaan senang atau sebuah hambatan pada hubungan oleh *antecedent event*. (4) D (*disputing*) merupakan beberapa keyakinan irasional yang muncul dari dalam diri individu yang tentunya saling bertentangan. Yang terakhir adalah (5) E (*effect*) merupakan sebuah keadaan psikologis yang tentunya menjadi harapan dari setiap individu yang mengikuti proses konseling.

Pada usulan penelitian ini, penulis melihat bahwasanya sudah banyak penanganan korban kekerasan seksual dengan menggunakan pendekatan REBT dan tujuan penelitian yang di lakukan penulis

melalui penelitian ini adalah penulis ingin mengkaji lebih dalam tentang pelayanan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam menangani korban kekerasan seksual dari berbagai sumber data yang sudah ada.

METODE

Metode yang digunakan oleh penulis dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif berjenis studi kepustakaan (*library research*) dengan mengambil sumber data dari buku-buku referensi dan artikel-artikel jurnal ilmiah yang relevan dan sesuai dengan topik permasalahan yang diangkat oleh penulis. Studi kepustakaan adalah serangkaian penelitian yang dilakukan dengan mencari, mengumpulkan, membaca, dan mencatat sumber-sumber dari berbagai jurnal, buku, dan referensi lainnya yang kemudian diolah menjadi suatu bahan penelitian (Zed, 2004).

Adapun menurut (M. Sari et al., 2022) tujuan dari studi kepustakaan diantaranya adalah:

- 1) Menemukan sebuah masalah atau topik untuk digunakan dalam penelitian
- 2) Mencari informasi dan data yang relevan dengan topik yang akan diteliti
- 3) Mengkaji sebuah teori dasar yang relevan dengan topik yang akan diteliti
- 4) Menambah pengetahuan peneliti mengenai masalah dan topik yang akan diteliti

Prosedur yang dilakukan untuk melaksanakan penelitian studi kepustakaan menurut (Tahmidaten & Krismanto, 2019) diantaranya adalah: 1) menentukan permasalahan atau topik tentang penelitian, 2) mengumpulkan data atau informasi yang sesuai dengan topik penelitian, 3) memperjelas fokus dalam penelitian dan mengelola data yang relevan, 4) mencari dan mengumpulkan sumber data yang berupa sumber pustaka utama yaitu buku dan jurnal artikel 5) penyusunan kembali bahan dan catatan kesimpulan yang didapat dari sumber data, 6) merangkum informasi yang telah dianalisis dan sesuai yang bertujuan untuk membahas dan menjawab rumusan masalah penelitian, 7) memperbanyak sumber data untuk membantu validasi analisis data, dan 8) menyusun hasil penelitian.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan penelitian ini adalah mengambil dari sumber data yang sudah ada. Sumber data yang dimaksud adalah subjek dari mana data dapat diperoleh. Dalam studi kepustakaan di penelitian ini, sumber data diperoleh dari beberapa kajian jurnal artikel ilmiah.

Sumber data artikel diambil menggunakan database dari *Google Scholar* dengan menerapkan kata

kunci “kekerasan seksual”, “korban pelecehan seksual”, “*sexual harassment*”, “*sexual violence*”, dan “REBT”

Adapun sumber artikel yang digunakan penulis dalam penelitian ini tercantum dalam tabel berikut ini:

Tabel 1.1 Sumber artikel ilmiah yang dipakai

No	Judul	Penulis	Tahun	Kode
1	<i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> (REBT) Untuk Meningkatkan Kemampuan Regulasi Emosi Remaja Korban Kekerasan Seksual	Nila Anggraeiny, Wiwik Sulistyaningish	2013	A1
2	Intervensi REBT (<i>Rational Emotive Behavior Therapy</i>) Guna Pemulihan Diri Korban Kekerasan Seksual Terhadap Kualitas Hidup Hidup Remaja Putri	Tutik Astuti, Jacob Nugrahaningtyas, Gyawati Yulilania	2022	A2
3	Penerapan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> (REBT) Dalam Mengatasi Kecemasan Anak Korban Kekerasan Seksual	Erika Nuraiti	2019	A3
4	Pengaruh Konseling <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> Terhadap Perilaku Pelecehan Seksual Pada Siswa Kelas XI di SMKN 1 Batulayar	Muhammad Takdir Ibnu Mutalib, Nuraeni	2019	A4

	Kabupaten Lombok Barat			
5	Konseling Kelompok dengan Pendekatan REBT untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Korban Kekerasan	Dina Nadira Amelia Siahaan, Neviyarni, Yeni Karneli, Netrawati	2020	A5
6	<i>Rational Emotive Behavior Therapy Approach to Overcoming Traumatized Child Victims of Domestic Violence</i>	Afni Rizkah Pulungan	2020	A6
7	Efektivitas Layanan Konseling <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> (REBT) Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Korban Bullying	Tasya Anjum Adnina, Hadi Warsito, Wiryotomo	2022	A7
8	Studi Literatur Tentang Penggunaan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> Untuk Kalangan Remaja	Putry Andhyni, Tri Umari, Zulfaan Sam,	2021	A8
9	<i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> sebagai Alternatif Pemulihan Trauma Bagi Korban Kekerasan dalam Pacaran	Fitri Kurnia Sari, Sutarto Wijono, Arianti Irna Restia	2020	A9

		nti Hunga		
10	<i>Effect Of Rational Emotive Behaviour Therapy And Logotherapy In Reducing Trauma Among Women In Yobe State Internally Displaced Person's Camp</i>	Sabo Fatsum a Dantamas, Abdulkadir Abdulkarim Olatunji	2022	B1
11	<i>Effectiveness Of Rational Emotive Behaviour Therapy On Traumatized Women In Maiduguri Internally Displaced Camp Nigeria: Sociological Perspectives</i>	Sarkin Fada Halima, Mohammed Alhaji Soye, Hussaini Manir	2020	B2
12	<i>Effectiveness of Rational Emotive Behavior Therapy and Cognitive Behavioral Therapy Remediating Violent Secondary School Students in KATSINA STATE, NIGERIA</i>	Shehu Yahaya Tsagem, Ma'aruf Nuhu Batagara	2014	B3

Keterangan kode :

A = Jurnal nasional

B = Jurnal internasional

Analisis Data

Analisis data adalah proses pemetaan data kedalam bentuk yang lebih mudah untuk dibaca dan disimpulkan dan juga merupakan proses terakhir dalam penelitian (Sugiono, 2014). Teknik analisis data yang dipakai dalam studi pustaka ini memakai metode *content analysis* atau analisis isi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 2.1 Rangkuman Teori Rational Emotive Behaviour Therapy

No	Kode	Pencetus Teori	Teori
1	A1, A2, A3, A4, A5, A7, A9, B1, B2, B3	Ellis dalam (Anggreiny & Sulistyarningsih, 2013)	Teori A-B-C Ellis mencoba untuk menggabungkan teori humanistik, filosofi dan behavioural.
2	A2, A5, A8	Skinner dalam (Astuti et al., 2022)	Teori S-O-R Perilaku adalah respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus. Dengan begitu, perilaku manusia terjadi melewati proses adanya stimulus terhadap organisme dan organisme tersebut merespon.
3	A3, A4, A5, A6, B2, B3	Adler dalam (Nuraeti, 2019)	Teori Alfred Adler Tingkah laku manusia sangat ditentukan oleh persepsi atau keyakinannya sendiri tentang harapan yang ingin dicapai kedepannya.
4	A4, A7, A9, B2, B3	Winkel dalam (Mutalib & Nuraeni, 2019)	Teori W.S Winkel Pendekatan konseling yang mengutamakan kebersamaan dan interaksi antara pikiran dan akal sehat, emosi dan perilaku, serta tekanan besar dalam merubah cara berpikir dan cara berperasaan yang mengakibatkan

			pada perubahan emosi dan perilaku
5	A7, A8, B1, B2	Komalasari dalam (Wirjosutomo, n.d.)	Teori Komalasari Manusia dipengaruhi oleh tiga aspek yang saling berkaitan yaitu perasaan, pikiran, dan tingkah laku. Tiga aspek tersebut saling mempengaruhi satu sama lain

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat beberapa teori dipakai dalam menunjang artikel ilmiah tersebut dengan urutan : 1) Teori A-B-C dengan 10 artikel yang memakai teori tersebut, 2) Teori Alfred Adler dengan 6 artikel yang memakai teori tersebut, 3) Teori W.S Winkel dengan 5 artikel yang memakai teori tersebut, 4) Teori Komalasari dengan 4 artikel yang memakai teori tersebut, dan 5) Teori S-O-R dengan 3 artikel yang memakai teori tersebut.

Tabel 2.2 Rangkuman Hasil Penelitian Dengan Menggunakan Rational Emotive Behavior Therapy

No	Judul Artikel	Rangkuman
1	Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Untuk Meningkatkan Kemampuan Regulasi Emosi Remaja Korban Kekerasan Seksual (Anggreiny & Sulistyarningsih, 2013)	Subjek penelitian ada dua subjek dan keduanya adalah remaja yang menjadi korban kekerasan seksual dan mempunyai kesulitan dalam regulasi emosi (dengan skor DERS > 132). Jenis sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah <i>purposive sampling</i> yaitu sampel dipilih berdasarkan kriteria tertentu. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa REBT berpengaruh untuk meningkatkan kemampuan regulasi emosi remaja yang menjadi korban kekerasan seksual. Perubahan emosi merupakan hal yang wajar

		bagi korban, akan tetapi respon yang kurang tepat yang diberikan oleh lingkungan dapat memperburuk emosi dan perilaku korban..			rasional sehingga korban bisa memulihkan diri dari trauma yang dialaminya
2	Intervensi REBT (<i>Rational Emotive Behavior Therapy</i>) Guna Pemulihan Diri Korban Kekerasan Seksual Terhadap Kualitas Hidup Hidup Remaja Putri (Astuti et al., 2022)	Subjek penelitian dalam artikel ini adalah remaja putri yang menjadi korban kekerasan seksual di Kabupaten Gunungkidul dengan jumlah sebanyak 5 informan. Subyek penelitian yang memiliki peran sebagai informan kunci yaitu remaja putri yang mengalami kekerasan seksual dengan rentang usia 15 – 19 tahun. Berikutnya informan utama merupakan orangtua atau anggota keluarga korban yang mengalami kekerasan seksual, lalu informan pendukung adalah penyedia layanan psikologi klinik yang berfokus pada kasus kekerasan seksual yaitu DP3AKBPMB Kabupaten Gunungkidul. Hasil penelitian ini menunjukkan keadaan trauma dalam psikologis korban yang dialami karena kekerasan seksual membuat kekecewaan yang sangat dalam yang mengakibatkan korban memiliki kekhawatiran yang besar dan juga korban merasa belum aman dari peluang kejahatan lainnya. Lalu untuk hasil akhirnya intervensi REBT cukup efektif guna memulihkan korban kekerasan seksual karena peneliti mampu mengganti pemikiran irasional korban menjadi	3	Penerapan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> (REBT) Dalam Mengatasi Kecemasan Anak Korban Kekerasan Seksual (Nuraeti, 2019)	Subjek penelitian dalam artikel ini adalah anak-anak yang bertempat tinggal di RT 001/ RW 005, Kelurahan Masigit, Kecamatan Jombang, Kota Cilegon yang berusia 5 – 8 tahun. Hal ini bisa terjadi karena beberapa factor yaitu ketidaktahuan anak-anak tersebut tentang kekerasan seksual, orang tua terlalu percaya terhadap lingkungan sekitar, masyarakat sekitar kurang perhatian terhadap aktivitas anak-anak dengan orang dewasa yang bukan orang tua/kerabat, dan orang tua terlalu sibuk bekerja. Dalam penelitian ini, peneliti menerapkan REBT dengan teknik kognitif, emotif, dan perilaku. Hasil penerapan REBT ke anak korban kekerasan seksual membuahkan hasil yang positif dalam mengurangi kecemasan korban. Hal ini dibuktikan dengan adanya beberapa responden yang awalnya sering melamun dan memiliki pikiran yang negatif, para responden sudah mampu merubah pikiran negatifnya menjadi pikiran yang positif dan yang sebelumnya anak-anak tersebut lebih sering melamun, mereka merubahnya menjadi kegiatan positif lainnya seperti belajar, bernyanyi, atau bermain bersama

		teman-temannya. Akan tetapi dari 5 responden, masih ada 1 responden yang masih mengalami kesulitan dalam berpikir positif.			
4	Pengaruh Konseling <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> Terhadap Perilaku Pelecehan Seksual Pada Siswa Kelas XI di SMKN 1 Batulayar Kabupaten Lombok Barat (Mutalib & Nuraeni, 2019)	Penelitian ini menggunakan penelitian eksperimen. Jenis penelitian eksperimen tidak murni atau <i>Pre-experimental Design (nondesign)</i> , Peneliti memakai desain penelitian <i>One Group Pretest-Posttest Design</i> . Sebelum diberikan <i>treatment</i> terdapat <i>pretest</i> terlebih dahulu. Dengan begitu hasil <i>treatment</i> yang keluar akan lebih akurat, sebab dapat dibandingkan dengan keadaan sebelum diberi <i>treatment</i> . Angket yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan <i>rumus t-test</i> . Berdasarkan hasil yang sudah dipaparkan dalam artikel tersebut, terdapat pengaruh dari teknik REBT (<i>Rational Emotive Behavior Therapy</i>) terhadap tingkah laku pada pelecehan seksual pada siswa kelas XI di SMKN 1 Batulayar Kabupaten Lombok Barat tahun ajaran 2019/2020 karena hipotesis nihil (H_0) ditolak sedangkan alternatif (H_a) diterima pada taraf signifikan sebesar 5% dengan $df = 8$ dapat dikatakan bahwa pengaruh REBT adalah signifikan.	Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Korban Kekerasan (Siahaan, 2020)	hasil yang dipaparkan peneliti dalam artikel ini dapat diketahui bahwa konseling kelompok yang diberikan untuk anak korban kekerasan dan kegiatan yang dilakukan secara langsung dengan tujuan agar kepercayaan diri pada anak korban kekerasan dapat meningkat. Total ada 5 subjek pada penelitian ini dan kelima subjek mempunyai kepercayaan diri dengan fasilitas layanan konseling kelompok dan diberikan untuk kelima subjek ini memakai layanan REBT agar mereka mampu mengganti pemikiran irasional mereka menjadi pikiran yang rasional. Hasil dari penelitian ini mengungkapkan bahwasanya anak korban kekerasan dapat membangun kepercayaan diri mereka melalui layanan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan REBT. Mereka harus selalu berusaha melakukan hal yang terbaik serta menepis segala dampak dari perlakuan kekerasan yang terjadi pada diri mereka.	
5	Konseling Kelompok dengan Pendekatan REBT untuk	Tidak disebutkan dalam artikel ini metode apa yang dipakai dan bagaimana teknik analisis datanya. Akan tetapi dari	6	<i>Rational Emotive Behavior Therapy Approach to Overcoming Traumatized Child Victims of Domestic Violence</i> (Pulungan, 2020)	Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan jenis studi kasus dan menggunakan pendekatan teknik REBT yang memuat aspek psikologis dan kognitif. Teknik pengambilan datanya menggunakan wawancara dan observasi. Informannya adalah seorang siswi yang sedang menempuh SMA di Kota Padang. Lalu

		<p>untuk informan tambahan ada dua teman sekolah informan. Lalu, analisis datanya dengan menggunakan pengelolaan data, penyajian data dan kesimpulan. Hasil dari penelitian ini menjelaskan mengenai kondisi trauma informan. Penelitian ini menangani trauma informan melalui pendekatan REBT yang ditinjau dari dua aspek, yaitu behavioral dan kognitif. Hasil dari penelitian ini mengungkapkan bahwasanya kondisi informan dari segi aspek behavioral mengalami trauma yang sangat mendalam atas kejadian yang dialaminya. Lalu untuk aspek kedua yaitu kognitif informan merasa dirinya putus asa dan pesimis untuk menggapai kesuksesan di masa depan. Dengan menggunakan pendekatan REBT, informan mampu mengurangi perasaan trauma akibat kekerasan yang ia alami dan pemikirannya yang awalnya irasional bisa menjadi rasional kembali.</p>			<p>kelompok, artinya pada penelitian ini tidak ada kelompok pembanding. Analisis data yang digunakan oleh peneliti adalah <i>Wilcoxon</i> dengan bantuan SPSS versi 21. Peneliti lalu menyebarkan kuisioner melalui <i>google form</i>. Kemudian kuisioner di sebarkan ke siswa kelas X di SMK Sore Tulungagung. Hasil dari penelitian ini didapatkan bahwasanya terdapat 5 siswa yang menunjukkan kepercayaan diri rendah hingga sedang karena efek kekerasan yang mereka terima. Para siswa tersebut kemudian diberikan layanan konseling REBT dengan harapan adanya peningkatan untuk kepercayaan diri korban. Kemudian peneliti menguji hasil <i>pre test - post test</i> menggunakan uji <i>Wilcoxon</i>. Dari hasil yang diuji, didapatkan bahwa layanan konseling kelompok REBT efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri korban.</p>
7	<p>Efektivitas Layanan Konseling <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> (REBT) Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Korban Bullying (Wirjosutomo, n.d.)</p>	<p>Metode penelitian yang digunakan oleh penulis dalam artikel ini yaitu penelitian kuantitatif. Jenis yang digunakan yaitu eksperiental . Lalu peneliti juga menggunakan metode <i>one-group pretest-posttest design</i> dikarenakan pada penelitian ini hanya menggunakan satu</p>			
			8	<p>Studi Literatur Tentang Penggunaan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> Untuk Kalangan Remaja (Umari & Saam, n.d.)</p>	<p>Metode yang digunakan oleh peneliti yaitu kualitatif dengan jenis studi literatur. Teknik pengumpulan data yang dipakai oleh peneliti diambil dari referensi buku dan jurnal-jurnal baik itu jurnal nasional maupun internasional yang didapatkan dari Google Scholar, Portal Garuda dan ERIC (<i>Institute of Education Science</i>). Total ada 15 jurnal ilmiah yang ditelaah oleh peneliti.</p>

		Dari hasil telaah yang dilakukan peneliti, didapat bahwasanya layanan konseling dengan pendekatan REBT banyak digunakan untuk permasalahan remaja, salah satunya ada remaja korban kekerasan.			
9	<i>Rational Emotive Behavior Therapy sebagai Alternatif Pemulihan Trauma Bagi Korban Kekerasan dalam Pacaran (F. K. Sari et al., 2020)</i>	Metode yang dipakai oleh peneliti adalah penelitian kualitatif jenis studi literatur. Teknik pengumpulan data yang dipakai diambil dari referensi buku dan jurnal-jurnal baik itu jurnal nasional maupun internasional. Total ada 5 literatur yang ditelaah oleh peneliti untuk penelitian ini. Hasil dari penelitian ini menunjukkan korban kekerasan mengalami gangguan yang terjadi dalam pikiran, emosi, dan perilaku yang disebabkan oleh trauma yang diderita korban. REBT merupakan salah satu alternative layanan konseling yang bisa mengatasi gangguan-gangguan trauma yang dialami oleh korban. Hal tersebut karena konsep REBT dari penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa REBT mampu memaksimalkan kemampuan pikiran, perasaan, dan perilaku korban. REBT sendiri bertujuan untuk merubah keyakinan irasional korban menjadi keyakinan yang rasional agar korban dapat mengatasi traumanya.			
10	<i>Effect Of Rational Emotive Behaviour Therapy And</i>	Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah penelitian			
			<i>Logotherapy In Reducing Trauma Among Women In Yobe State Internally Displaced Person's Camp (Dantamas & Olatunji, 2022)</i>	kuantitatif dengan eksperimen <i>factorial pretest-posttest</i> . Subjek dalam penelitian ini adalah wanita korban kekerasan yang ada di Kukareta, Kasaisa dan Abbari YBC di negara bagian Yobe dengan rentang usia 15-49 tahun. Total populasi sampel yang diambil ada 8.381 sampel dengan dibagi dari Kukareta 3.875 sampel, Kasaisa 2.581 sampel, dan Abbari YBC 1.925 sampel. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa REBT terbukti lebih efektif daripada logotherapy untuk perempuan korban kekerasan di kamp Yobe. Karena dengan menggunakan layanan konseling REBT, perempuan yang mengalami trauma mampu mengganti pikiran irasionalnya menjadi rasional.	
			11	<i>Effectiveness Of Rational Emotive Behaviour Therapy On Traumatized Women In Maiduguri Internally Displaced Camp Nigeria: Sociological Perspectives (FADA, 2020)</i>	Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah <i>quasi experimental design</i> dengan populasi penelitian terdiri dari 3.869 perempuan yang trauma akibat kekerasan yang mereka alami di kamp pengungsian Maiduguri, Nigeria. Hasil yang didapatkan dari penelitian ini adalah trauma perempuan di kamp pengungsian dapat dikelola secara efektif dengan penerapan layanan konseling REBT sebagai paket pengobatan dan juga merupakan paket yang efektif untuk

		mengelola trauma di kalangan perempuan di pengungsian.
12	<i>Effectiveness of Rational Emotive Behavior Therapy and Cognitive Behavioral Therapy Remediating Violent Secondary School Students in KATSINA STATE, NIGERIA</i> (Tsagem & Batagarawa, 2014)	Metode penelitian yang dipakai oleh peneliti adalah kuantitatif dengan jenis <i>quasi experimental design pretest-posttest</i> . Peneliti mengambil sampel dalam penelitian ini di sekolah menengah atas di negara bagian Katsina, Nigeria sebanyak 240 siswa. Dalam penelitiannya, peneliti ingin membuktikan mana yang lebih efektif antara REBT dan CBT dalam menangani siswa korban kekerasan. Hasil temuan peneliti menunjukkan bahwa REBT lebih efektif daripada CBT dalam mengatasi siswa yang mengalami trauma akibat kekerasan yang mereka alami.

Berdasarkan 12 hasil temuan yang di rujuk dari sumber jurnal artikel ilmiah, maka dapat ditarik kesimpulan bahwasanya REBT berhasil dalam menangani korban kekerasan seksual. Semua korban yang telah diberikan layanan REBT mampu merubah pikiran irasional mereka menjadi rasional kembali. Hal ini dikarenakan fokus dalam layanan REBT adalah kepada pemikiran, emosi dan tindakan (Alawiyah et al., 2020).

Dalam jurnal artikel ilmiah dengan judul “*Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Untuk Meningkatkan Kemampuan Regulasi Emosi Remaja Korban Kekerasan Seksual*” (Anggreiny & Sulistyaningsih, 2013), selain mengatasi trauma akibat kekerasan seksual yang dialaminya, REBT juga mampu meningkatkan regulasi emosi korban. Bahkan selain itu, di jurnal artikel ilmiah berjudul “*Effectiveness of Rational Emotive Behavior Therapy and Cognitive Behavioral Therapy Remediating Violent Secondary School Students in KATSINA STATE, NIGERIA*” (Tsagem & Batagarawa, 2014), REBT terbilang lebih efektif daripada CBT dalam menangani kasus kekerasan yang terjadi di sekolah.

Menurut George dan Cristiani (dalam Thahir & Rizkiyani, 2016) REBT adalah sebuah pendekatan konseling mengulang kembali dan memahami input kognitif yang menjadi penyebab gangguan emosional, mencoba mengubah pikiran konseli agar menjauhkan pikiran irasionalnya atau belajar mengantisipasi manfaat atau konsekuensi dari tingkah laku. Senada dengan penelitian yang dikaji dalam jurnal artikel ilmiah dengan judul “Intervensi REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*) Guna Pemulihan Diri Korban Kekerasan Seksual Terhadap Kualitas Hidup Hidup Remaja Putri” (Astuti et al., 2022), “Penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* Dalam Mengatasi Kecemasan Anak Korban Kekerasan Seksual” (Nuraeti, 2019), dan “Konseling Kelompok dengan Pendekatan REBT untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Korban Kekerasan” (Siahaan, 2020), dalam ketiga penelitian tersebut setelah mendapatkan layanan REBT dan korban mampu mengganti pikiran irasionalnya menjadi rasional, korban juga mampu memulihkan kepercayaan diri mereka dengan ditanamkan bahwasanya mereka adalah korban dan mereka tidak memiliki kesalahan sama sekali dalam kejadian yang menimpa mereka sehingga mereka mampu menumbuhkan kembali rasa percaya diri mereka. Oleh karena itu, hal ini sesuai dengan tujuan REBT sendiri yaitu untuk membantu manusia merubah keyakinan irasional mereka ke keyakinan rasional dan dengan demikian dapat meningkatkan fungsi emosi dan perilaku mereka selalu agar selalu terintegrasi.

Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) memiliki berbagai metode dan langkah-langkah dalam penerapannya. Dalam artikel ilmiah dengan judul “Penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* Dalam Mengatasi Kecemasan Anak Korban Kekerasan Seksual” (Nuraeti, 2019) dan “*Rational Emotive Behavior Therapy Approach to Overcoming Traumatized Child Victims of Domestic Violence*” (Pulungan, 2020) disebutkan bahwasanya kedua tahapan-tahapan penelitian tersebut meliputi: a. *Attending* (menjalin hubungan baik dengan korban) dan *assessment* (mengumpulkan dan mengolah data), b. Penerapan teknik-teknik (emotif, perilaku, kognitif), c. Tahapan akhir dimana peneliti terus-menerus mengajak korban untuk menggunakan pikiran rasionalnya.

Dari beberapa artikel ilmiah yang dibahas diatas, rata-rata semuanya menggunakan metode penelitian kuantitatif. Akan tetapi, ada dua penelitian yang menggunakan metode penelitian kualitatif dengan jenis studi kepustakaan yaitu artikel ilmiah dengan judul “Studi Literatur Tentang Penggunaan *Rational Emotive Behavior Therapy* Untuk Kalangan Remaja” (Umari & Saam, n.d.) dan “*Rational Emotive Behavior Therapy*

sebagai Alternatif Pemulihan Trauma Bagi Korban Kekerasan dalam Pacaran” (Sari et al., 2020). Dari kedua hasil kajian artikel ilmiah tersebut, didapatkan bahwasanya korban kekerasan seksual akan mengalami gangguan yang terjadi di dalam pikiran, emosi, dan perilaku yang diakibatkan oleh trauma yang diderita korban dan REBT merupakan salah satu alternatif layanan konseling yang bisa mengatasi gangguan-gangguan trauma yang dialami oleh korban kekerasan seksual.

Artikel ilmiah dengan judul “*Effect Of Rational Emotive Behaviour Therapy And Logotherapy In Reducing Trauma Among Women In Yobe State Internally Displaced Person’s Camp*” (Dantamas & Olatunji, 2022) menyebutkan bahwasanya REBT lebih efektif dalam menangani kasus kekerasan seksual daripada *logotherapy*. Hal ini dikarenakan para wanita yang ada di kamp pengungsi negara bagian Yobe mampu menghilangkan pikiran irasional mereka dan mengubahnya menjadi pikiran yang rasional. Sedangkan hasil dari layanan *logotherapy* yang diterima hanyalah korban mampu mengelola kondisi trauma mereka dan menemukan makna atau arti dari kejadian yang menimpa mereka tanpa bisa melupakan pemikiran-pemikiran mereka yang kerap kali muncul.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil literatur yang telah diuraikan oleh peneliti, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan diantaranya:

- 1) Penerapan layanan konseling dengan menggunakan metode *Rational Emotive Behavior Therapy* terbilang efektif dalam menangani korban yang mengalami trauma akibat kekerasan seksual yang dialaminya.
- 2) *Rational Emotive Behavior Therapy* mampu merubah pikiran korban yang awalnya irasional menjadi rasional.
- 3) *Rational Emotive Behavior Therapy* bisa membangkitkan kepercayaan diri korban kekerasan seksual.
- 4) *Rational Emotive Behavior Therapy* mampu untuk meningkatkan regulasi emosi korban kekerasan seksual.
- 5) *Rational Emotive Behavior Therapy* lebih efektif daripada *Logotherapy* dan *Cognitive Behavior Therapy* dalam menangani korban kekerasan seksual.

Saran

Berdasarkan pembahasan penelitian yang telah dipaparkan, tentunya masih banyak kekurangan dan

keterbatasan pada penelitian ini. Oleh karena itu, penulis memberikan beberapa saran yang dapat dipertimbangkan pada penelitian selanjutnya, yakni:

- 1) Masyarakat
Diharapkan untuk masyarakat agar lebih waspada terhadap kejahatan seksual karena masih banyak korban-korban kekerasan lainnya yang menimbulkan trauma yang mendalam bagi korban.
- 2) Peneliti selanjutnya
Diharapkan kajian pustaka ini dapat menjadi acuan yang berguna untuk semakin mengembangkan tentang penerapan layanan REBT untuk korban kekerasan seksual dengan cara memahami teori maupun melakukan eksperimen lebih lanjut dengan mengimplementasikan secara langsung kepada korban kekerasan seksual.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, I., & Noviasari, I. (2022). Pengaruh Konseling Behavioral Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Kasus Kekerasan Seksual. *Indonesian Journal of Professional Nursing (IJPN)*, 3(2), 152–157.
- Alawiyah, S., Rahman, I. K., & Handrianto, B. (2020). Meningkatkan Kesadaran Menutup Aurat Melalui Pendekatan Konseling REBT Islami. *Attulab: Islamic Religion Teaching and Learning Journal*, 5(2), 225–239.
- Anggreiny, N., & Sulistyarningsih, W. (2013). Rational Emotive Behavioural Therapy (REBT) Untuk Meningkatkan Kemampuan Regulasi Emosi Remaja Korban Kekerasan Seksual. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 5(2), 57–61.
- Astuti, T., Nugrahaningtyas, J., & Okinarum, G. Y. (2022). INTERVENSI REBT (RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY) GUNA PEMULIHAN DIRI KORBAN KEKERASAN SEKSUAL TERHADAP KUALITAS HIDUP HIDUP REMAJA PUTRI DI KABUPATEN GUNUNGKIDUL. *Medika Respati: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 17(1), 55–66.
- Bernard, M. E., & Dryden, W. (2019). *Advances in REBT*. Springer.
- FADA, S. H. (2020). Effectiveness Of Rational Emotive Behaviour Therapy On Traumatized Women In Maiduguri Internally Displaced Camp Nigeria Sociological Perspectives. *International Journal of Social Sciences and Humanities Invention*, 7(03), 5872–5881.
- Fitra, N. A., & Karneli, Y. (2023). Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Person Centered Therapy dalam Membantu Trauma Pada Korban Kekerasan Seksual. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Sosial*, 1(4), 519–525.

- Habsy, B. A. (2018). Konseling rasional emotif perilaku: Sebuah tinjauan filosofis. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 2(1), 13–30.
- Khaira, I., Firman, F., & Neviyarni, S. (2017). Efektivitas pendekatan rational emotive behavior therapy (REBT) dalam meningkatkan penyesuaian sosial anak asuh di Panti Asuhan Wira Lisna Padang. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)*, 1(1), 1–7.
- Kurnanto, E. (2013). *Konseling kelompok*. Bandung: Alfabeta.
- Latipun. (2015). Psikologi Konseling, Edisi Keempat. UMM Press, empat.
- Mutalib, M. T. I., & Nuraeni, N. (2019). PENGARUH KONSELING RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY TERHADAP PERILAKU PELECEHAN SEKSUAL PADA SISWA KELAS XI DI SMKN 1 BATULAYAR KABUPATEN LOMBOK BARAT. *Realita: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2).
- Noviana, I. (2015). Kekerasan seksual terhadap anak: dampak dan penanganannya. *Sosio Informa: Kajian Permasalahan Sosial Dan Usaha Kesejahteraan Sosial*, 1(1).
- Nuraeti, E. (2019). Penerapan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Dalam Mengatasi Kecemasan Anak Korban Kekerasan Seksual". UIN SMH BANTEN.
- Nurdiana, R. H. (2023). *Konseling REBT (Rational Emotive Behavior Therapy) dalam Menangani Insecure pada Santri Qori di Pondok Pesantren Roudhotul Qurro*. UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
- Pulungan, A. R. (2020). Rational Emotive Behavior Therapy Approach to Overcoming Traumatized Child Victims of Domestic Violence. *Journal of Counseling, Education and Society*, 1(1), 25–30.
- Purwanti, A., & Hardiyanti, M. (2018). Strategi Penyelesaian Tindak Kekerasan Seksual Terhadap Perempuan dan Anak Melalui RUU Kekerasan Seksual. *Masalah-Masalah Hukum*, 47(2), 138–148.
- Putnam, F. W. (2003). Ten-year research update review: Child sexual abuse. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 42(3), 269–278.
- Sari, F. K., Wijono, S., & Hunga, A. I. R. (2020). Rational Emotive Behavior Therapy sebagai Alternatif Pemulihan Trauma Bagi Korban Kekerasan dalam Pacaran. *Insight: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 16(1), 83–97.
- Sari, M., Siswati, T., Suparto, A. A., Ambarsari, I. F., Azizah, N., Safitri, W., & Hasanah, N. (2022). *Metodologi penelitian*. Global Eksekutif Teknologi.
- Siahaan, D. N. A. (2020). Konseling kelompok dengan pendekatan REBT untuk meningkatkan kepercayaan diri anak korban kekerasan. *AL-IRSYAD*, 10(1), 8–15.
- Sugiono, P. D. (2014). Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif. pdf. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, 12.
- Tahmidaten, L., & Krismanto, W. (2019). Implementasi pendidikan kebencanaan di Indonesia (sebuah studi pustaka tentang problematika dan solusinya). *Lectura: Jurnal Pendidikan*, 10(2), 136–154.
- Thahir, A., & Rizkiyani, D. (2016). Pengaruh Konseling Rational Emotif Behavioral Therapy (REBT) dalam Mengurangi Kecemasan Peserta Didik Kelas VIII SMP Gajah Mada Bandar Lampung. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(2), 197–206.
- Tsagem, S. Y., & Batagarawa, M. N. (2014). *Effectiveness of Rational Emotive Behavior Therapy and Cognitive Behavioral Therapy Remediating Violent Secondary School Students in KATSINA STATE, NIGERIA*.
- Umari, T., & Saam, Z. (n.d.). STUDI LITERATUR TENTANG PENGGUNAAN RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY UNTUK KALANGAN REMAJA. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 8(2), 51–66.
- Wahid, A., Irfan, M., & Hasan, M. T. (2001). *Perlindungan terhadap korban kekerasan seksual: advokasi atas hak asasi perempuan*. Refika Aditama.
- Wiriyosutomo, H. W. (n.d.). *EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY (REBT) UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI KORBAN BULLYING*.
- Women, L. I. R. T. A. (2022). *Effect Of Rational Emotive Behaviour Therapy And Logotherapy In Reducing Trauma Among Women In Yobe State Internally Displaced Person's Camp*.
- Zed, M. (2004). *Metode peneletian kepustakaan*. Yayasan Obor Indonesia.