

## LAYANAN KONSELING ISLAMI DENGAN PENDEKATAN BEHAVIORAL FAMILY THERAPY UNTUK MEREDUKSI PERILAKU AGRESIF KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA DI KECAMATAN MERGANGSAN YOGYAKARTA

Wian Uriarista<sup>1)</sup>, Hardi Prasetiawan<sup>2)</sup>

Universitas Ahmad Dahlan

Wian1800001024@webmail.uad.ac.id , Hardi.prasetiawan@bk.uad.ac.id

### Abstrak

Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui tingkat perilaku agresif sebelum dan sesudah diadakan layanan konseling Islami dengan pendekatan behavior. Penelitian dengan menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan penelitian *phenomenological study*. Teknik Pengumpulan Data dalam penelitian ini menggunakan wawancara, observasi. Dengan sumber data penelitian diperoleh hasil wawancara dan observasi dengan Badan Penasihatian Pembinaan dan Pelestarian Perkawinan (BP4) di KUA Mergangsan Yogyakarta, Badan Bimas Islam dan Konseli yang merupakan pasangan yang hendak mengajukan gugatan perceraian atau talak cerai. Berdasarkan hasil wawancara dengan Dirjen Bimas Islam yaitu Bapak Kamarruddin Amin menyebutkan bahwasanya terdapat lonjakan kasus di masa Pandemi pada tahun 2020 per-bulan Agustus angka perceraian di Indonesia menyentuh 306.688 kasus. Khususnya angka perceraian di kota Yogyakarta salah satunya di Kecamatan Mergangsan mengalami peningkatan selama dua tahun. Menurut kepala KUA Mergangsan memang angka perceraian di Kecamatan Mergangsan tidak menyentuh pada angka 2% dalam setiap tahunnya, adapun permasalahan yang dihadapi konseli berbagai macam diantaranya yaitu suami tidak bertanggung jawab, adanya tindak kekerasan dalam keluarga, perselingkuhan dan juga masalah ekonomi. KUA Kecamatan Mergangsan mengupayakan untuk menanggulangi lonjakan kasus perceraian dengan cara pemberian bantuan melalui konseling yang dilakukan secara berkelanjutan.

**Kata Kunci:** KDRT, Behavior, Konseling Islami, Agresif.

### 1. Pendahuluan

Setiap individu yang telah menikah dan membangun rumah tangga selalu mendambakan keharmonisan dalam rumah tangga. Keharmonisan tersebut telah menjadi tujuan sebelum memasuki gerbang pernikahan, menurut Agustian (2013) tujuan pernikahan yaitu dapat membentuk keluarga yang makmur, tentram dan penuh suka cita hingga akhir hayat. Kebahagiaan dalam membina keluarga merupakan salah satu bentuk

keharmonisan yang ditandai dengan berkurangnya kegentingan, kesedihan, dan dapat menerima satu sama lain ( Rahayu 2017).

Landasan dalam membangun keharmonisan rumah tangga perlu memperhatikan dari segi peran, fungsi dan tanggung jawab dari masing-masing pasangan, memiliki sikap saling menerima satu sama lain baik dari keadaan dan juga keberadaan pasangan agar rumah tangga yang dibina dapat berjalan dengan tentram, damai, dan menyayangi.

Namun pada faktanya Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) sering terjadi di kota-kota yang ada di Indonesia, salah satunya yaitu di Yogyakarta. Pada tahun 2014 Kota Yogyakarta mengalami peningkatan kasus perceraian sebanyak 652, diantaranya kasus gugatan perceraian sebanyak 462 dan 190 dengan kasus talak cerai (Kedaulatan Rakyat, 4 Februari 2015). Tahun 2019 terdapat 11.105 kasus kekerasan dalam rumah tangga dengan jumlah presentase mencapai 75% diantaranya mencangkup kekerasan fisik, kekerasan seksual, kekerasan psikis dan juga kekerasan ekonomi (Catatan Tahunan Komnas Perempuan, 2020). Terjadi lonjakan kasus kekerasan dalam rumah tangga pada masa pandemi di seluruh dunia diantaranya China melaporkan sebanyak 300 gugatan perceraian, Spanyol melaporkan terdapat 18% kenaikan kasus perceraian pada masa pandemi Covid-19 dan Australia terdapat peningkatan sepertiga kasus dari 40% diantaranya kekerasan dalam rumah tangga (Radhitya, Nurwati, & Irfan, 2020). sedangkan di Indonesia dikutip dari data Komnas Perempuan pada bulan Agustus (2020) terdapat 319 kekerasan dalam rumah tangga. Penyebab Individu melakukan kekerasan dalam rumah tangga ditengah kegentingan Covid-19 dikarenakan berbagai faktor diantaranya yaitu faktor sosial dan juga faktor ekonomi, faktor ekonomi merupakan dampak paling besar yang menyebabkan individu melakukan gugatan perceraian hingga talak cerai, karena banyak aktivitas perekonomian tidak berjalan dengan baik jika dibandingkan dengan tahun-tahun sebelumnya ketika pandemi belum memasuki Indonesia, selain itu tidak ada pemasukan untuk biaya hidup sehari-hari banyak pekerja yang mendapat PHK dari tempat ia bekerja sebelumnya (Radhitya, Nurwati, & Irfan, 2020).

Kekerasan dalam rumah tangga dapat direduksi dengan bantuan seorang ahli profesional yaitu konselor. Konselor dalam mereduksi perilaku agresif kekerasan dalam rumah tangga dengan menggunakan layanan konseling Islami. Layanan konseling Islami

yang diharapkan dapat membantu individu sebagai manusia sepenuhnya untuk mencapai suka cita baik di dunia dan juga diakhirat (Rohman,2016). Konseling dirasa efektif untuk mengatasi perilaku agresif, dikarenakan dalam penyelesaian masalah dilakukan secara terfokus, menyeluruh dan mendalam dengan adanya interaksi antara konselor dan konseli yang dilakukan secara langsung dan bertatap muka (Suryadi & Nasution, 2019). sedangkan menurut Arifin (2018) Konseling Individual sangat efektif untuk mereduksi perilaku agresif dengan peningkatan perilaku sekitar 55-75% setelah diadakanya layanan konseling. Layanan Konseling dengan pendekatan behavioral mampu mencegah dan mengatasi permasalahan yang dialami konseli mengenai perilaku agresif (Sukoco & Khasanah, 2018). Pendekatan behavior sangat tepat untuk mereduksi perilaku agresif konseli dikarenakan pendekatan ini mampu mengonversikan perilaku maladaptive dengan perilaku baru yang lebih tepat.

## **2. Kajian Literatur**

Menurut Wahyudi (2017) pendekatan behavior merupakan pendekatan paling tepat untuk mengubah perilaku manusia kearah lebih luwes. Konseling dengan pendekatan behavior adalah memodifikasian perilaku untuk menuju perilaku yang lebih luwes dengan pembiasaan, perilaku adaptif perlu dikuatkan agar individu dapat mengurangi perilaku agresif dalam kehidupan sehari-hari. Modifikasi penggunaan konseling Islami dengan pendekatan behavior diharapkan mampu menjadikan individu menjadi pribadi kaffah, mampu mengimani rukun iman dan dapat diterapkan di kehidupan sehari-hari, mampu taat dalam menjalankan ibadah dengan mentaati perintahnya dan menjauhi larangannya, dengan adanya konseling islami ini diharapkan individu dapat meningkatkan keimanan, keislaman dan ikhsan yang ada pada dirinya agar mencapai hidup yang penuh suka cita baik di dunia dan juga di akhirat.

Masalah KDRT dapat direduksi dengan menggunakan layanan konseling Islami. Proses untuk memberikan bantuan kepada individu untuk mengingat keberadaan dirinya sebagai makhluk yang diciptakan oleh Allah untuk menjalankan kehidupan sehari-hari sesuai dengan perintah agar dapat mencapai suka cita baik di dunia maupun akhirat merupakan pengertian dari konseling Islami (Alwi, 2018). Menurut Radhitya, Nurwati, & Irfan (2020) upaya dalam menanggulangi Kekerasan dalam Rumah Tangga dapat dilakukan dengan mencari bantuan kepada orang professional seperti konselor keluarga,

pentingnya menjaga komunikasi dengan pasangan seperti untuk saling mengerti, terbuka satu sama lain dan memafhumi antar anggota keluarga.

### 3. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan metode penelitian kualitatif, alasan peneliti menggunakan penelitian kualitatif berupa data deskriptif yang berisi kalimat yang tertulis, wawancara dan juga mengamati mengenai perilaku individu merupakan pengertian dari kualitatif (Devi, 2013)

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *phenomenological study*. Alasan peneliti menggunakan pendekatan *phenomenological study* dikarenakan untuk memahami persepsi, perspektif orang dan juga memahamis suatu situasi dalam meneliti pengalaman konseli terkait kekerasan dalam rumah tangga.

Penelitian ini untuk memperoleh informasi yang valid, menyeluruh dan mendalam mengenai subjek maka peneliti secara langsung melaksanakan penelitian dengan latar penelitian di KUA Kecamatan Mergangsan Yogyakarta.

Teknik Pengumpulan Data dalam penelitian ini meggunakan wawancara, observasi. Dengan sumber data penelitian diperoleh hasil wawancara dan observasi dengan Badan Penasihatn Pembinaan dan Pelestarian Perkawinan (BP4) di KUA Mergangsan Yogyakarta, Badan Bimas Islam dan Konseli yang merupakan pasangan yang hendak mengajukan gugatan perceraian atau talak cerai.

Penelitian ini untuk menguji keabsahan data agar sesuai dengan tujuan penelitian maka menggunakan teknik triangulasi, sumber dari penelitian ini berasal dari subjek dan pelaku. Sedangkan untuk teknik analisis data menggunakan tiga langkah diantaranya yaitu reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

### 4. Hasil penelitian

Berdasarkan dari hasil penelitian diperoleh data bahwa tingkat perceraian di Kecamatan Mergangsan cenderung relatif kecil, akan tetapi jumlah pernikahan dan juga perceraian justru mengalami peningkatan

#### Tabel 1

**Data pernikahan dan perceraian Januari-Oktober 2015**  
**KUA Kecamatan Mergangsan Yogyakarta**

Periode	Jumlah Pernikahan	Jumlah Perceraian
Januari-Juni 2015	112	8
Juli- Oktober 2015	117	17

**Tabel 2**

**Jumlah Korban Kekerasan Terhadap Perempuan Dan Anak  
Menurut Jenis Kekerasan Dan Lokasi Lembaga Layanan  
Di Daerah Istimewa Di Kota Yogyakarta Tahun 2018**

Lokasi Lembaga	Jenis Kelamin	Jenis Kekerasan						Jumlah
		Fisik	Psikis	Seksual	TPPO	Penelantaran	Lainnya	
Yogyakarta	Laki-laki	6	12	0	0	1	0	19
	perempuan	160	193	57	1	28	1	440

Sumber data : Sekretariat Forum Perlindungan Korban Kekerasan DIY

Menurut kepala KUA Mergangsan memang angka perceraian di Kecamatan Mergangsan tidak menyentuh pada angka 2% dalam setiap tahunnya. Beliau mengungkapkan bahwa pendidikan bukanlah menjadi faktor perceraian, akan tetapi pola pikir yang dewasa menjadi pengaruh untuk membina rumah tangga yang sejahtera dan penuh suka cita, selain itu dimasa yang serba digital ini peran media massa juga mempengaruhi tingkat perceraian karena kurangnya pemahaman informasi mengenai berita yang belum terbukti valid dan wawasan yang tidak terbuka lebar serta pengalaman masyarakat yang belum optimal.

Berdasarkan hasil wawancara dengan Dirjen Bimas Islam yaitu Bapak Kamarruddin Amin menyebutkan bahwasanya terdapat lonjakan kasus di masa Pandemi pada tahun 2020 per-bulan Agustus angka perceraian di Indonesia menyentuh 306.688 kasus. Sehingga KUA Kecamatan Mergangsan dengan inisiatif memberikan bekal wawasan, penguatan dengan cara pandang mengenai hakikat perkawinan dan meningkatkan *soft skill* bagi calon pengantin agar dapat mengurangi tingkat perceraian dan ekonomi.

Sedangkan Badan Penasihat Pembinaan dan Pelestarian Perkawinan (BP4) menjelaskan bahwa konseli yang hendak bercerai datang untuk berkonsultasi dan memerlukan bantuan seorang konselor, adapun layanan yang diberikan yaitu Bimbingan atau Konseling Islami untuk mengentaskan permasalahan yang sedang di hadapi. Adapun permasalahan yang dihadapi konseli berbagai macam diantaranya yaitu suami tidak bertanggung jawab, adanya tindak kekerasan dalam keluarga, perselingkuhan dan juga masalah ekonomi.

## **5. Pembahasan**

Masalah yang dihadapi konseli dalam penelitian ini adalah adalah Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT). Dimasa Pandemi saat ini angka lonjakan kasus KDRT di Indonesia menyentuh 5%, sebanyak 31 survei mengatakan pandemi merupakan badai angin yang dapat meluluh-lantahkan rumah tangga yang dibangun berlandaskan cinta ( Lee, 2020). Kekerasan dalam rumah tangga adalah perbuatan yang menimbulkan penderitaan biasanya dialami oleh kaum perempuan dengan melakukan kekerasan fisik, psikis, seksual dilakukan dengan mengancam, pemaksaan dan melawan hukum dalam lingkup rumah tangga (Mayasari, 2013). Sedangkan Arhal (2017) berpendapat mengenai kekerasan dalam rumah tangga merupakan penyerangan yang dapat mengakibatkan luka fisik hingga terengutnya nyawa kepada anggota keluarga. KDRT dapat dialami oleh siapa saja mulai dari suami, isteri, anak, sampai orang pekerja rumah, tetapi biasanya KDRT dialami oleh isteri atau anak yang menerima perlakuan buruk dari suami hal ini merupakan penjabaran dari definisi Kekerasan Dalam Rumah Tangga (Manumpahi, Goni, dan Pongoh, 2016).

Jadi, dapat disimpulkan bahwa definisi kekerasan dalam rumah tangga adalah perilaku agresif yang menyebabkan seseorang terluka baik fisik dan psikisnya terjadi di ranah keluarga.

Adapun bentuk-bentuk KDRT menurut Devi (2013) mencakup tiga hal yaitu, kekerasan verbal - emosional, kekerasan seksual, dan kekerasan fisik. Adapun penjabaran dari tiga bentuk kekerasan sebagai berikut : Pertama, Kekerasan verbal dan Emosional merupakan sebuah ancaman yang dilakukan pasangan terhadap kekasihnya melalui kata-kata (Evendi, 2018). Kekerasan emosional memiliki efek yang luar biasa dilubuk hati korban seperti halnya meninggalkan luka psikis seperti sakit hati, harga diri, dan terhina

sehingga luka inilah jauh lebih susah untuk dipulihkan (Hasmayni, 2015). Kedua, Devi (2013) mengemukakan gagasannya mengenai kekerasan seksual yaitu bentuk pemaksaan untuk melakukan hubungan intim. Apabila korban tidak berkenan, maka pelaku akan mengancam dengan berbagai alasan. Ketiga, Evendi (2018) berpendapat mengenai kekerasan fisik adalah sebuah upaya untuk menyerang seseorang dengan meninggalkan rasa sakit dibagian tubuhnya yang dapat menimbulkan luka, cedera, cacat, hingga terengutnya nyawa. Sedangkan Anisa (2012) menambahkan bentuk-bentuk KDRT yaitu Kekerasan ekonomi seperti memaksa agar diberi uang, barang, dan meminjamkan uang tanpa ada niat untuk dikembalikan.

Menurut Radhitya, Nurwati dan Irfan (2020) faktor penyebab individu melakukan kekerasan pada masa pandemi yaitu karena adanya dorongan faktor sosial dan juga ekonomi. Faktor ekonomi menjadi dorongan paling kuat untuk individu melakukan kekerasan, karena pada masa pandemi seperti saat ini banyak sekali pemberhentian aktivitas dalam bekerja bahkan sampai pemutusan hubungan kerja yang menyebabkan individu tidak ada pemasukan dana dalam membiayai kehidupan sehari-hari. Sehingga apabila dari faktor ekonomi ini tidak dikendalikan dengan baik, maka individu akan hilang kontrol dan memicu emosi yang tak terkendali sehingga melampiaskan kemarahannya dan berujung melakukan kekerasan.

Seifert (2012) menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi kekerasan yaitu mencakup faktor demografis, individual, dan lingkungan. Rutherford (2017) menyebutkan faktor penyebab seseorang melakukan tindak kekerasan dipengaruhi oleh penyalahgunaan alkohol, rendahnya angka ekonomi sehingga terjadinya kemiskinan, dan norma sosial.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa faktor yang dapat menyebabkan individu melakukan tindak kekerasan dalam rumah tangga yaitu adanya pengaruh sosial, ekonomi, penggunaan minuman keras, dan faktor peningkatan kependudukan.

Penyebab individu melakukan tindak KDRT menurut Manumpahi, Goni, & Pongoh (2016) mencakup komunikasi kurang optimal bagi kedua belah pihak sehingga memunculkan percikan-percikan api kecil dalam rumah tangga apabila tidak terorganisir dengan baik dapat menyebabkan malapetaka yang menimbulkan korban, selain itu ada hadirnya orang kedua di kehidupan rumah tangga, kurangnya pemahaman antar anggota

keluarga, kurangnya kontrol ego, tidak dapat meminimalisir pendapatan dalam keluarga sehingga boros dalam keuangan, terlalu menonjol sehingga tidak ada saling tukar-menukar pendapat, kurangnya tanggung jawab dari masing-masing peran dalam keluarga, sikap acuh dan tidak peduli serta tidak berpikir kritis pelaku biasanya menganggap bahwa dengan ia melakukan tindak kekerasan terhadap sang istri, maka permasalahan dalam rumah tangganya dianggap telah usai.

Radhitya, Nurwati, dan Irfan (2020) juga menyebutkan mengenai penyebab umum terjadinya Kekerasan Dalam Rumah Tangga karena adanya faktor dari dalam individu yang meliputi motivasi, kebutuhan hidup, minat, dan kondisi psikologis sedangkan untuk faktor dari luar individu mencakup faktor ekonomi, lingkungan sosial, dan pandangan masyarakat. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hal yang menyebabkan individu melakukan tindak Kekerasan Dalam Rumah Tangga dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Pada masa pandemi seperti saat ini faktor eksternal ditinjau dari faktor ekonomi menjadi hal yang paling mendasar individu melakukan tindak kekerasan dikarenakan kurangnya kontrol diri dalam mengelola emosi.

Menurut Santoso (2019) Dampak jangka panjang biasanya termasuk pada psikis, dimana korban mengalami gangguan psikis, rasa kurang percaya diri yang rendah, menjadi pribadi yang tertutup, muncul trauma, rasa takut yang berlebihan yang berdampak pada depresi. Sedangkan untuk dampak pendek yaitu meliputi luka fisik, cacat, dan hilangnya pekerjaan. Sedangkan dampak Kekerasan Rumah Tangga yang dialami oleh anak yang menjadi korban menurut Prajatami, Raharjo, dan Hidayat (2016) antara lain dampak fisik, dampak psikis, dampak seksual, dan dampak sosial.

Bkkbn (2020) mengungkapkan bahwa dampak dari pandemi covid-19 dapat mempengaruhi kesejahteraan keluarga, sehingga kebutuhan keluarga tidak tercukupi dengan baik karena adanya pembatasan antara individu dengan segerombolan orang dalam satu lingkup ruang, sehingga perlu dibatasi. Selain itu komunikasi kurang optimal dikarenakan tidak dapat bertatap muka secara langsung, dan juga pemutusan hubungan kerja yang menyebabkan tingkat stress meningkat.

Menurut Radhitya, Nurwati, & Irfan (2020) upaya dalam menanggulangi Kekerasan dalam Rumah Tangga dapat dilakukan dengan mencari bantuan kepada orang professional seperti konselor keluarga, mengobrol bersama pasangan dengan kepala



dingin untuk mendiskusikan solusi karena dengan cara inilah pasangan rumah tangga dapat menjalin hubungan yang lebih erat, dan juga pentingnya menjaga komunikasi dengan pasangan seperti untuk saling mengerti, terbuka satu sama lain dan memafhumi antar anggota keluarga.

Masalah KDRT dapat direduksi dengan menggunakan layanan konseling Islami. Proses untuk memberikan bantuan kepada individu untuk mengingat keberadaan dirinya sebagai makhluk yang diciptakan oleh Allah untuk menjalankan kehidupan sehari-hari sesuai dengan perintah agar dapat mencapai suka cita baik di dunia maupun akhirat dan juga dapat mengentaskan permasalahan yang dihadapi pada diri konseli yaitu rohani untuk bersikap pasrah dan legowo sehingga muncul harapan untuk mencapai titik sukacita merupakan pengertian dari konseling Islami (Alwi, 2018) Yunanda (2018) berpendapat bahwa konseling Islam adalah suatu proses bantuan yang diberikan konselor kepada konseli dengan cara individu atau berkelompok untuk mengembangkan potensi berupa akal, pikiran, kepribadian, keimanan, keyakinan dan mengatasi permasalahan dalam hidup dengan berlandaskan Al-Quran dan Hadits.

Tujuan Konseling Islami jangka pendek yaitu mampu membantu konseli mengatasi permasalahannya dengan merubah perilaku dan sikap menjadi lebih baik sesuai dengan ajaran Islam dan panutan Nabi Muhammad. Sedangkan untuk tujuan konseling Islami jangka panjang yaitu agar individu menjadi seorang muslim yang mencapai kegembiraan di dunia dan di akhirat.

Menurut Lahmuddin (2016) memiliki empat fungsi dalam layanan konseling Islami diantaranya yaitu : Pertama, Layanan Preventif, berfungsi untuk mencegah permasalahan yang ada pada diri konseli. Kedua, Fungsi kuratif, konseli diharapkan mampu memecahkan permasalahan yang sedang dialami. Ketiga, Fungsi preservative, membantu individu untuk mengetahui situasi dan kondisi yang sedang dialami. Keempat, Fungsi development atau pengembangan, yaitu konseli mampu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi agar masalah yang dialami tidak menjadikan sumber bencana yang lebih besar bagi diri konseli maupun orang lain. Jadi, dapat disimpulkan bahwa fungsi konseling islami yaitu konseli mampu mencegah permasalahan yang muncul pada dirinya, mengembangkan potensi, dan mampu mengentaskan permasalahan yang dialami.

Menurut Yunanda (2018) agar tercapainya proses layanan konseling Islami perlu memperhatikan lima asas diantaranya yaitu Pertama, Asas ketauhidan, konseling Islami yang berupaya untuk menghubungkan antara manusia dengan Allah. Ke-dua, Asas amaliah, konselor dalam memberikan layanan diharapkan dapat mencerminkan pribadi yang berilmu dan beramal baik. Ke-tiga, Asas akhlak al-karimah, diharapkan konselor dan konseli memiliki akhlak yang baik sebagaimana kita meneladani nabi Muhammda. Ke-empat, Asas profesional, konselor bersifat netral dan tidak terhanyut dalam perasaan konseli ketika pemberian layanan berlangsung. Ke-lima, Asas kerahasiaan, merupakan asas yang paling utama dalam proses konseling. konselor dituntut untuk merahasiakan segala data atau informasi mengenai diri konseli dan lingkungan konseli. Jadi, dapat disimpulkan bahwa dalam proses pemberian layanan Asas-Asas dalam Konseling Islami penting sekali untuk diterapkan agar dapat tercapai tujuan dari proses konseling itu sendiri diantaranya yaitu asas amaliah, asas akhlak al-karimah, asas profesional, dan asas kerahasiaan.

Yunanda (2018) langkah-langkah untuk melaksanakan konseling Islami Pertama, Tahap Awal, mencakup menciptakan hubungan yang baik antara konselor dan konseli agar terjalin keakraban, penerimaan dan keterbukaan. Kontrak layanan dan penjelasan mengenai asas-asas. Ke-dua, Tahap identifikasi masalah dan mengeksplorasi permasalahan konseli dengan perspektif Islam. Dan Ke-tiga, Tahap evaluasi dengan meminta konseli untuk ber-muhasabah diri dengan cara seperti menyadari dan menerima garis takdir yang telah Allah tetapkan. Mengarahkan konseli untuk mengambil keputusan dengan arif, mampu mengarahkan konseli bersikap baik seperti mampu menjaga dirinya dan tunduk dari hawa nafsu.

Menurut Wahyudi (2017) pendekatan behavior merupakan pendekatan paling tepat untuk mengubah perilaku manusia kearah lebih luwes. Konseling dengan pendekatan behavior adalah memodifikasian perilaku untuk menuju perilaku yang lebih luwes dengan pembiasaan, perilaku adaptif perlu dikuatkan agar individu dapat mengurangi perilaku agresif dalam kehidupan sehari-hari (Martin & Pear, 2015). Ciri-ciri dari pendekatan behavior yaitu terpusat pada tingkah laku, merumuskan treatment, kemudian treatment diberikan kepada konseli sesuai dengan tujuan permasalahan konseli, dan evaluasi terhadap hasil. Selain itu Wilis (2010) berpendapat bahwa behavior memiliki

keunggulan yang berdampak lebih besar bagi setiap individu dengan melakukan perubahan perilaku menggunakan tiruan yang berada di lingkup masyarakat.

Pendekatan behavior dapat berjalan sesuai dengan tujuan apabila ada hubungan simbiosis mutualisme antara konselor dan konseli untuk mengikutsertakan dalam pemberian layanan (Muslih, Wibowo, & Purwanto, 2017). Behavioral bertitik tumpu pada perubahan pola tingkah laku manusia untuk ditautkan dengan tingkah yang baru dan terlihat dan bertitik pada waktu ini dan sekarang. Pendekatan behavior memiliki teknik diantaranya yaitu desensitasi sistematis dipergunakan untuk menghilangkan tingkah laku bersifat minus, asertif yaitu diharapkan konseli mampu belajar bertingkah laku jujur, mereduksi gangguan agar tingkah laku bersifat normal, penguatan kepada konseli, teknik membentuk perilaku baru, memberikan teknik relaksasi, teknik untuk mereduksi kecemasan, teknik pengulangan, teknik memberikan model yang baik kepada konseli, teknik yang diberikan konselor agar konseli mampu berpikir yang positif agar menemukan solusi dari permasalahan yang sedang dihadapi, teknik untuk mampu mengendalikan diri sendiri, pemberian teknik dengan cara mempertunjukkan perilaku sebelum diadakan proses konseling, kontrak, pekerjaan rumah, penghapusan tingkah laku yang bersifat negatif, pemberian hukuman dan memberikan penguatan berupa hal-hal positif.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa penggunaan teknik behavior dalam mereduksi KDRT sangat pas digunakan karena disetiap sesi pertemuan layanan konseling selesai, konselor akan memberikan treatment kepada konseli berupa tugas atau PR yang harus dikerjakan antara lain yaitu untuk mengidentifikasi berupa evaluasi. Baik dari evaluasi diri dan evaluasi proses selama mengikuti layanan konseling agar proses konseling mencapai hasil dan tujuan yang diharapkan yaitu salah satunya konseli dapat meningkatkan perilaku positif yang ada pada dirinya, sehingga konseli mampu mengontrol gejala emosi yang dapat merusak hubungan rumah tangga yang berujung melakukan tindak kekerasan dalam rumah tangga.

## **6. Kesimpulan**

Teknik pendekatan behavior merupakan teknik untuk yang menitik beratkan pada perubahan tingkah laku seseorang, teknik ini sangat pas digunakan untuk mereduksi perilaku agresif kekerasan dalam rumah tangga. Konselor dalam memberikan layanan

konseling guna mereduksi perilaku agresif kekerasan dalam rumah tangga menggunakan layanan konseling islami tujuannya untuk mengentaskan permasalahan yang sedang dihadapi serta konseli mampu mengembangkan potensi yang dimiliki pada dirinya dengan selalu mendekati diri kepada Allah agar mencapai kegembiraan dunia dan akhirat.

## Daftar referensi

- Agustian,H. 2013. Gambaran Kehidupan Pasangan yang Menikah di Usia Muda di Kabupaten Dharmasraya. *Spektrum PLS*, 1(1), 205-217
- Alwi, S., & Lhokseumawe, D.F.I. 2018. Pendekatan Dan Metode Konseling Islami. *Jurnal ITQAN*, 9(2), 153.
- Arhal, R.A. 2017. Metode Konseling Islam dalam Mengatasi Kekerasan terhadap Perempuan dalam Rumah Tangga di Kelurahan Dannuang Kecamatan Ujungloe Kabupaten Bulukumba (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Alauddin Makasar).
- Devi, C.N. 2013. Kekerasan Dalam Pacaran (Studi Kasus Pada Mahasiswa Yang Pernah Melakukan Kekerasan Dalam Pacaran). Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, 1-11.
- Lahmuddin, L. 2016. *Konseling dan Terapi Islami*. Medan : Perdana Publishing
- Lee, C. 2020. Results of Survey on Impacts of Pandemic Lockdown On Relationships.
- Manumpahi, E., Goni, S.Y., & Pongoh, H.W. 2016. Kajian Kekerasan dalam Rumah Tangga Terhadap Psikologi Anak di Desa Soakonora Kecamatan Jailolo Kabupaten Hakmahera Barat. *ACTA DIURNA Komunikasi*, 5(1).
- Prajatami, V.N., & Raharjo, S.T., Hidayat, E.N., & S. M. B. 2016. Penanganan Anak Korban Kekerasan Seksual.
- Radhitya,T.V., Nurwati, N. & dan Irfan,M. 2020. Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Kekerasan dalam Rumah Tangga. *Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik*, 2(2), 111-119.
- Rutherford, A. 2017. *Violence Intentional Injuries Epidemiology And Review*.
- Seifert,K. 2012. *Youth Violence : Theory Prevention And Intervention*. New York ; Springer Publishing

## PROSIDING

Seminar Nasional “Bimbingan dan Konseling Islami”  
Kamis, 12 Agustus 2021

Setyaningrum, A., & Arifin, R. 2019. Analisis Upaya Perlindungan dan Pemulihan Terhadap Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) Khususnya Anak-Anak dan Perempuan. *Jurnal Ilmiah Muqoddimah : Jurnal Ilmu Sosial, Politik dan Humaniora*, 3(1), 9-19.

Utami, Y.S. 2015. evaluasi Strategi Komunikasi Konselor BP4 dalam Mencegah Perceraian. *CHANNEL : Jurnal Komunikasi*, 3(2)

Wilis, S.F. 2010. *Konseling Individual Teori dan Praktik*. Bandung : alfabeta