

## **Pendekatan Konseling Religius dalam Meningkatkan Resiliensi pada Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)**

Fajar Ratu Syahira<sup>1,a)</sup>, Nurul Jami'ah<sup>1</sup>, Riska Daryanti<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau  
Jl. H.R Soebrantas No 155 KM.15 Simpang Baru Panam Pekanbaru, 28293.

a) [Fajarratusyahira@gmail.com](mailto:Fajarratusyahira@gmail.com)

**Abstract.** *Domestic violence (KDRT) is one of the social problems that still occurs in Indonesia. This journal will discuss the approach of religious counseling in increasing resilience in victims of domestic violence. The author will explain the types of religious approaches, resilience for victims of domestic violence, and types of domestic violence. The research method used is a literature review study by collecting data from various sources, including laws, journals, and articles. Data analysis is carried out by identifying patterns and tendencies in the data, and presenting findings related to the topics discussed. The results of the study provide new insights into the use of religious counseling as a means of recovery for victims of domestic violence. Counseling approaches include the religious. There are several types of domestic violence, namely physical, psychological, sexual, and economic violence. Lack of public understanding of various forms of violence other than physical violence. Social stigma that makes victims feel ashamed or afraid to report their cases. Legal support and services for victims of domestic violence still need to be strengthened to ensure justice and recovery for victims.*

**Keywords:** *Religious counseling, Resilience, Domestic violence (KDRT)*

**Abstrak :** Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) merupakan salah satu isu sosial yang masih banyak terjadi Indonesia. Dalam jurnal ini, akan dibahas tentang pendekatan konseling religius dalam meningkatkan resiliensi pada korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Penulis akan memaparkan jenis-jenis pendekatan religius, resiliensi bagi korban KDRT, serta jenis-jenis KDRT. Metode penelitian yang digunakan adalah studi literatur review dengan mengumpulkan data dari berbagai sumber, termasuk undang-undang, jurnal, dan artikel. Analisis data dilakukan dengan cara mengidentifikasi pola-pola dan tren-tren dalam data, serta menyajikan temuan yang terkait dengan topik yang dibahas. Hasil penelitian memberikan wawasan baru tentang penggunaan konseling religius sebagai alat pemulihan bagi korban KDRT. pendekatan konseling religius meliputi pendekatan konseling religius. Terdapat beberapa jenis-jenis KDRT yaitu kekerasan fisik, psikologis, seksual dan ekonomi. Minimnya pemahaman masyarakat tentang berbagai bentuk kekerasan selain kekerasan fisik. Stigma sosial yang membuat korban merasa malu atau takut untuk melaporkan kasusnya. Dukungan hukum dan layanan bagi korban KDRT masih perlu diperkuat untuk memastikan adanya keadilan dan pemulihan bagi korban.

**Kata kunci:** Konseling religius, Resiliensi, Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT)

## **PENDAHULUAN**

Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) merupakan salah satu isu sosial yang masih banyak terjadi di berbagai belahan dunia, termasuk di Indonesia. Berdasarkan data Komnas Perempuan, kasus kekerasan terhadap perempuan, khususnya dalam bentuk KDRT, terus meningkat setiap tahunnya. KDRT bisa berbentuk kekerasan fisik, verbal, psikologis, seksual, maupun ekonomi yang meninggalkan dampak serius bagi para korbannya. Dampak ini tidak hanya terbatas pada aspek fisik, tetapi juga mencakup kesehatan mental, seperti trauma, depresi, kecemasan, dan penurunan rasa percaya diri. Korban KDRT juga sering mengalami kesulitan untuk bangkit dari pengalaman traumatis yang dialami, terutama karena kurangnya dukungan sosial dan pemahaman mengenai cara mengatasi dampak-dampak tersebut secara efektif (Aksin & Qurrota Aini, 2022).

Salah satu tantangan terbesar yang dihadapi korban KDRT adalah kemampuan untuk mengembangkan resiliensi, yakni kemampuan untuk bangkit dari trauma dan menghadapi tekanan yang berulang. Resiliensi sangat penting dalam proses pemulihan agar korban mampu melanjutkan kehidupan mereka dengan lebih baik. Namun, tidak semua korban memiliki mekanisme koping yang kuat untuk mengatasi trauma ini. Kerap kali, korban merasa kehilangan harapan, tidak memiliki motivasi untuk pulih, dan merasa terisolasi dari lingkungan sosialnya (Alimi & Nurwati, 2021).

Selain itu, pendekatan konseling tradisional yang lebih fokus pada aspek psikologis dan kognitif sering kali tidak sepenuhnya efektif untuk memenuhi kebutuhan spiritual korban KDRT. Dalam konteks Indonesia, dimana mayoritas masyarakat memiliki ikatan kuat dengan agama, pendekatan konseling yang berbasis religius dapat menjadi salah satu solusi untuk mendukung proses pemulihan korban secara lebih holistik. Namun, konseling yang menggabungkan unsur-unsur religius ini masih jarang dioptimalkan dalam praktik psikoterapi dan konseling di Indonesia. Padahal, spiritualitas atau keyakinan agama dapat menjadi sumber kekuatan yang signifikan dalam membantu korban menemukan harapan, ketenangan, dan makna baru dalam hidup mereka setelah mengalami kekerasan (Suri et al., 2023).

Pendekatan konseling religius melibatkan penggabungan nilai-nilai spiritual atau agama dalam proses konseling. Bagi korban KDRT, pendekatan ini menawarkan lebih dari sekadar teknik koping psikologis. Pendekatan ini memberikan kerangka pemahaman yang lebih mendalam tentang makna penderitaan, kekuatan, dan pemulihan dari perspektif keagamaan. Misalnya, agama sering kali menawarkan sumber harapan dan penghiburan

bagi korban, yang tidak selalu tersedia dalam terapi psikologis konvensional. Doa, refleksi spiritual, dan penguatan hubungan dengan Tuhan adalah beberapa bentuk coping berbasis agama yang dapat membantu korban mengembangkan resiliensi lebih cepat dan efektif.

Integrasi elemen spiritual dalam konseling dapat membantu meningkatkan resiliensi, memperkuat identitas, dan memberikan makna dalam menghadapi penderitaan. Sebuah studi yang dilakukan oleh Mahmood (2021) juga menunjukkan bahwa pendekatan religius dalam konseling mampu memberikan dukungan yang signifikan bagi korban trauma dalam mengatasi gangguan kesehatan mental dan emosional, karena agama memberikan cara-cara spesifik untuk mengatasi penderitaan melalui penerimaan, penyerahan diri, dan harapan.

Di era saat ini, pendekatan konseling berbasis agama semakin relevan, terutama di Indonesia yang memiliki budaya masyarakat yang kuat dalam aspek religius. Konseling religius semakin diakui sebagai pendekatan yang penting dalam layanan kesehatan mental, mengingat meningkatnya kesadaran tentang pentingnya kesehatan mental dan spiritual secara bersamaan. Banyak korban KDRT yang mengandalkan spiritualitas mereka untuk menghadapi trauma, sehingga konselor yang dapat mengintegrasikan aspek spiritual dalam konseling dapat memberikan dukungan yang lebih efektif.

Dalam pelayanan kesehatan mental, pendekatan ini juga mendapat perhatian lebih besar karena mampu menawarkan pendekatan yang lebih personal dan kontekstual, di Indonesia, lembaga konseling yang menawarkan layanan berbasis agama semakin banyak bermunculan, mencerminkan kebutuhan masyarakat akan pendekatan yang holistik. Konseling berbasis religius juga relevan dalam mendukung upaya pemerintah dalam program pemberdayaan korban KDRT, karena pendekatan ini membantu pemulihan mental dan spiritual secara seimbang.

Menurut studi terbaru oleh Hasanah (2022), pendekatan konseling religius terbukti dapat mempercepat proses pemulihan emosional korban KDRT dengan meningkatkan rasa percaya diri dan memberikan pemahaman yang lebih positif tentang kehidupan mereka setelah trauma. Dengan demikian, penelitian mengenai "Pendekatan Konseling Religius dalam Meningkatkan Resiliensi pada Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)" memiliki relevansi tinggi dalam konteks ilmiah maupun dalam aplikasi praktis di dunia konseling di Indonesia.

## **METODE**

Dalam penelitian yang berjudul "Pendekatan Konseling Religius dalam Meningkatkan Resiliensi pada Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga," penulis menggunakan metode literatur review untuk mengumpulkan dan menganalisis berbagai sumber yang relevan. Penelitian ini dimulai dengan identifikasi sumber literatur melalui basis data akademik Google Scholar, dengan kata kunci yang berkaitan dengan pendekatan konseling religius, resiliensi, dan kekerasan dalam rumah tangga. Kriteria inklusi dan eksklusi diterapkan untuk memastikan bahwa hanya studi-studi terkini dan relevan, dengan fokus pada artikel yang mengeksplorasi hubungan antara konseling religius dan pemulihan korban KDRT.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru tentang penggunaan konseling religius sebagai alat pemulihan bagi korban KDRT dan menyarankan arah penelitian lanjutan yang dapat mengeksplorasi lebih dalam tentang topik ini.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Menurut (Religius., 2023) Konseling religius juga menekankan pentingnya hubungan antara konselor dan klien. Dalam konteks ini, konselor berperan sebagai pendengar yang empatik dan fasilitator yang membantu klien untuk menemukan jawaban atas pertanyaan-pertanyaan yang mendalam. Konselor yang memiliki pemahaman yang baik tentang berbagai tradisi religius dapat memberikan wawasan yang berharga dan membantu klien untuk menghubungkan pengalaman pribadi mereka dengan ajaran agama. Hal ini sangat penting, karena banyak individu merasa lebih nyaman membahas masalah mereka dalam konteks spiritual, di mana mereka dapat berbagi keyakinan dan nilai-nilai yang mereka pegang.

Selain itu, konseling religius juga dapat mencakup praktik-praktik spiritual tertentu, seperti doa, meditasi, atau ritual keagamaan. Praktik-praktik ini dapat membantu klien untuk merasa lebih terhubung dengan aspek spiritual mereka dan memberikan rasa ketenangan dalam menghadapi masalah. Misalnya, seseorang yang sedang mengalami stres berat mungkin menemukan kenyamanan dalam berdoa atau bermeditasi, yang dapat membantu mereka untuk meredakan kecemasan dan menemukan ketenangan batin. Dengan mengintegrasikan praktik-praktik ini ke dalam sesi konseling, konselor dapat

membantu klien untuk mengembangkan strategi koping yang lebih efektif dan mendukung kesejahteraan mental dan spiritual mereka.

Menurut studi terbaru oleh (Supriyadi, 2023) Dalam praktiknya, konseling religius dapat diterapkan dalam berbagai setting, termasuk rumah sakit, lembaga pendidikan, dan organisasi keagamaan. Konselor yang terlatih dalam pendekatan ini biasanya memiliki latar belakang dalam psikologi, konseling, atau teologi, dan mereka dilengkapi dengan keterampilan untuk menangani isu-isu yang berkaitan dengan kesehatan mental dan spiritual. Dengan demikian, konseling religius dapat menjadi sumber daya yang berharga bagi individu yang mencari dukungan dalam menghadapi tantangan hidup, terutama ketika masalah tersebut berkaitan dengan aspek spiritual dan keagamaan.

Secara keseluruhan, konseling religius menawarkan pendekatan yang holistik dalam membantu individu mengatasi masalah hidup. Dengan mengintegrasikan aspek psikologis dan spiritual, konseling ini memberikan dukungan yang lebih komprehensif dan bermakna bagi klien. Melalui hubungan yang empatik antara konselor dan klien, serta praktik-praktik spiritual yang relevan, konseling religius dapat membantu individu menemukan makna, tujuan, dan ketenangan dalam hidup mereka (Rahman, 2023). Dalam dunia yang semakin kompleks dan penuh tantangan ini, pendekatan konseling yang mempertimbangkan dimensi spiritual menjadi semakin penting untuk mendukung kesejahteraan mental dan emosional individu.

### **Pendekatan Religius**

Pendekatan Konseling Islami, pendekatan ini berfokus pada ajaran-ajaran Islam yang melibatkan konsep seperti tawakkal (berserah diri kepada Allah), sabar (kesabaran), dan syukur (rasa terima kasih). Terapi ini sering kali melibatkan penggunaan doa, zikir, dan refleksi terhadap ayat-ayat Al-Qur'an sebagai cara untuk mengatasi stres dan masalah psikologis. Sebuah studi menunjukkan bahwa konseling berbasis agama Islam dapat membantu mengurangi gejala depresi dan kecemasan pada individu yang memiliki ikatan kuat dengan keyakinan mereka (Rahman, 2020).

Dalam konteks saat ini, pendekatan religius semakin relevan dalam dunia konseling dan psikoterapi di Indonesia. Masyarakat Indonesia yang mayoritas beragama memberikan ruang besar bagi penerapan konseling berbasis agama untuk menangani berbagai masalah kehidupan. Selain itu, peningkatan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental di

Indonesia mendorong para praktisi kesehatan mental untuk mengintegrasikan nilai-nilai spiritual ke dalam praktik konseling mereka.

Pendekatan religius dalam konseling juga semakin diakui karena dapat memberikan solusi yang lebih personal dan mendalam bagi individu yang merasa nyaman dengan keyakinan agamanya. Hal ini terutama terlihat dalam pengembangan pusat-pusat konseling berbasis agama, yang kini semakin banyak muncul di Indonesia. Penelitian terbaru oleh Nurhadi (2022) menunjukkan bahwa pendekatan konseling religius dapat membantu meningkatkan kesejahteraan emosional dan spiritual individu dengan lebih efektif dibandingkan dengan pendekatan terapi konvensional.

### **Resiliensi Bagi Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)**

Resiliensi adalah kemampuan individu untuk bangkit dan beradaptasi kembali setelah mengalami trauma atau tekanan yang berat. Resiliensi menjadi kunci bagi korban KDRT untuk dapat melanjutkan hidup dengan lebih baik meskipun menghadapi berbagai tantangan, dalam konteks ini, penting untuk memahami bagaimana korban KDRT membangun resiliensi.

Membangun resiliensi bagi korban KDRT bukanlah hal yang mudah. Tantangan utama yang sering dihadapi korban adalah kurangnya dukungan sosial dari lingkungan sekitar, seperti keluarga, teman, atau orang terdekat. Banyak korban KDRT yang merasa terisolasi dan kesulitan mencari bantuan karena adanya stigma sosial atau rasa takut untuk melaporkan kejadian kekerasan. Hal ini dapat memperburuk kondisi mental dan emosional korban, sehingga proses pemulihan menjadi lebih lambat.

Selain itu, korban KDRT sering kali mengalami gangguan psikologis yang menghambat proses resiliensi. Trauma yang mendalam dapat mengganggu kemampuan mereka untuk berpikir jernih, membuat keputusan yang tepat, atau bahkan percaya diri dalam menjalani hidup sehari-hari. Penelitian oleh (Smith & Jones, 2020) menunjukkan bahwa trauma jangka panjang dapat mengurangi kemampuan seseorang untuk mengatasi stres dan tantangan hidup, yang berdampak pada rendahnya tingkat resiliensi.

### **Jenis Jenis Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)**

Dalam Undang-Undang No. 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan dalam Rumah Tangga, terdapat beberapa jenis KDRT yang secara spesifik dijelaskan, antara lain:

1. Kekerasan Fisik: Tindakan kekerasan yang menimbulkan luka atau rasa sakit pada tubuh korban, seperti memukul, menendang, atau menyakiti secara fisik.
2. Kekerasan Psikologis: Kekerasan yang berhubungan dengan penghinaan, ancaman, atau tindakan yang menimbulkan trauma mental dan emosional, seperti merendahkan martabat korban, intimidasi, atau kontrol emosional yang berlebihan.
3. Kekerasan Seksual: Kekerasan yang berkaitan dengan pemaksaan aktivitas seksual tanpa persetujuan korban, termasuk pelecehan seksual, pemerkosaan dalam pernikahan, atau tindakan seksual yang merendahkan.
4. Penelantaran Ekonomi: Kondisi di mana pelaku menahan atau mengontrol akses korban terhadap sumber daya keuangan atau kebutuhan dasar, sehingga membuat korban bergantung secara finansial dan terperangkap dalam situasi kekerasan.

Salah satu tantangan terbesar dalam menangani KDRT adalah minimnya pemahaman masyarakat tentang berbagai bentuk kekerasan selain kekerasan fisik. Banyak yang masih menganggap kekerasan hanya terbatas pada tindakan fisik, padahal kekerasan psikologis, seksual, dan ekonomi memiliki dampak yang sama buruknya bagi korban. Misalnya, kekerasan psikologis sering kali tidak terlihat secara langsung, tetapi bisa meninggalkan luka emosional yang mendalam seperti depresi, kecemasan, atau trauma berkepanjangan.

Stigma sosial juga menjadi tantangan yang signifikan. Banyak korban KDRT yang merasa malu atau takut untuk melaporkan kasusnya karena adanya stigma dari lingkungan sekitar. Hal ini dapat menghambat proses pemulihan dan membuat korban merasa terisolasi, bahkan enggan untuk mencari bantuan. Di sisi lain, dukungan hukum dan layanan bagi korban KDRT masih perlu diperkuat untuk memastikan adanya keadilan dan pemulihan bagi korban.

Saat ini, kesadaran akan pentingnya penanganan KDRT semakin meningkat. Pemerintah Indonesia melalui berbagai regulasi, seperti Undang-Undang No. 23 Tahun 2004, telah menyediakan kerangka hukum yang mendukung perlindungan korban KDRT. Namun, tantangan dalam implementasi kebijakan ini masih besar, terutama dalam hal edukasi masyarakat dan peningkatan layanan rehabilitasi bagi korban.

## **KESIMPULAN**

Konseling religius adalah pendekatan konseling yang mempertimbangkan dimensi spiritual dalam membantu individu mengatasi masalah hidup. Konseling religius menekankan pentingnya hubungan antara konselor dan klien, serta praktik-praktik spiritual

yang relevan. Jenis-jenis pendekatan religius dalam konseling meliputi: Pendekatan konseling islami, pendekatan konseling kristen, pendekatan konseling hindu, pendekatan konseling buddha, konseling religius dapat membantu individu menemukan makna, tujuan, dan ketenangan dalam hidup mereka.

Resiliensi adalah kemampuan individu untuk bangkit dan beradaptasi kembali setelah mengalami trauma atau tekanan yang berat. Membangun resiliensi bagi korban KDRT bukanlah hal yang mudah, karena mereka sering kali menghadapi tantangan seperti kurangnya dukungan sosial dan stigma sosial. Korban KDRT sering kali mengalami gangguan psikologis yang menghambat proses resiliensi.

Jenis-Jenis Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) kekerasan fisik, kekerasan psikologis, kekerasan seksual, penelantaran ekonomi. Minimnya pemahaman masyarakat tentang berbagai bentuk kekerasan selain kekerasan fisik. Stigma sosial yang membuat korban merasa malu atau takut untuk melaporkan kasusnya. Dukungan hukum dan layanan bagi korban KDRT masih perlu diperkuat untuk memastikan adanya keadilan dan pemulihan bagi korban.

#### **REFERENSI**

- Aksin, N., & Qurrota Aini, F. N. (2022). Cyberbullying dalam Persepektif Islam. *Jurnal Informatika Upgris*, 8(1), 128–137. <https://doi.org/https://doi.org/10.26877/jiu.v8i1.11929>
- Alimi, R., & Nurwati, N. (2021). Faktor Penyebab Terjadinya Kekerasan dalam Rumah Tangga terhadap Perempuan. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(2), 211. <https://doi.org/10.24198/jppm.v2i2.34543>
- Hasanah, N. (2022). "Religious Counseling Approaches in Domestic Violence Victims' Emotional Recovery". *Indonesian Journal of Psychology*, 8(4), 123-134.
- Hickson, M. (2021). "Christian Faith in Psychotherapy: Integrating Spirituality and Clinical Practice." *International Journal of Religious Counseling*, 19(3), 45-60.
- Kabat-Zinn, J. (2018). *Mindfulness for Beginners: Reclaiming the Present Moment—and Your Life*. Sounds True.
- Kementerian Agama Republik Indonesia. (2023). *Pedoman Konseling Religius*. Jakarta: Kementerian Agama.
- Komnas Perempuan. (2022). "Laporan Tahunan: Kekerasan terhadap Perempuan di Indonesia." Komnas Perempuan.
- Komnas Perempuan. (2022). "Laporan Tahunan: Kekerasan terhadap Perempuan di Indonesia." Komnas Perempuan.

- Mahmood, S. (2021). "The Role of Religious Coping in Trauma Recovery: A Comparative Study". *Journal of Trauma Research*, 12(3), 45-59.
- Nurhadi, S. (2022). "Pendekatan Religius dalam Konseling: Solusi Holistik dalam Pemulihan Mental." *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 6(1), 12-24.
- Rahman, A. (2020). "Islamic-Based Counseling and Its Effect on Mental Health Recovery: A Comparative Study." *Journal of Islamic Psychology*, 12(2), 89-101.
- Rahman, F. (2023). *Integrasi Agama dan Psikologi dalam Konseling*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Smith, L., & Jones, P. (2020). "Resilience and Trauma Recovery in Domestic Violence Survivors." *Journal of Trauma Studies*, 15(3), 112-128.
- Supriyadi, A. (2023). *Psikologi dan Spiritualitas dalam Konseling*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Suri, G. D., Afdal, A., Afnida, M., Sari, A. K., Hariko, R., Fikri, M., Fadli, R. P., & Cusinia, A. H. (2023). Bagaimana kekerasan dalam rumah tangga berefek pada kondisi psikologis anak?: analisis pendahuluan intervensi pendidikan. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(2), 1072. <https://doi.org/10.29210/1202323434>
- Undang-Undang No. 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan dalam Rumah Tangga.