

Dampak Kekerasan Verbal dan Fisik dalam Keluarga terhadap Perilaku Remaja: Studi Kasus Melalui Konseling Kelompok

Siti Nurlaeli, Sofyan Abdi, Afra Hasna, Najla Hana Putri, Nur Syamsiah

Universitas Islam As-Syafi'iyah

Email: sitinurlaelii.0207@gmail.com 1, sofyanabdi@unj.ac.id 2, afra.bk@uia.ac.id 3, najlahanaputri7@gmail.com 4, nsyamsiah2119@gmail.com

ABSTRAK

Kekerasan dalam keluarga dapat berdampak serius pada perkembangan emosional, identitas, dan perilaku remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan dampak kekerasan keluarga terhadap seorang remaja laki-laki berusia 15 tahun serta mengevaluasi efektivitas konseling kelompok dalam mendukung pemulihan psikologisnya. Dengan pendekatan kualitatif dan metode studi kasus, data dikumpulkan melalui observasi partisipatif dan wawancara mendalam untuk menggali pengalaman subjektif dan dinamika psikologis subjek. Temuan penelitian menunjukkan bahwa kekerasan verbal dan fisik dari orang tua memicu krisis identitas, gangguan emosional, serta kesulitan dalam menjalin relasi sosial dengan teman sebaya. Konseling kelompok memberikan ruang aman bagi subjek untuk mengekspresikan luka batin, membangun harapan baru, meningkatkan kesadaran diri, serta memperkuat regulasi emosi. Pendekatan ini juga mendorong refleksi diri dan perubahan perilaku yang lebih adaptif. Implikasi dari penelitian ini menegaskan bahwa konseling kelompok merupakan salah satu intervensi efektif untuk membantu remaja korban kekerasan keluarga dalam mengatasi trauma emosional, membangun keterampilan sosial, dan meningkatkan kesehatan mental. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi praktisi bimbingan konseling, pendidik, serta pihak terkait dalam merancang program intervensi psikologis yang lebih komprehensif bagi remaja korban kekerasan.

Kata Kunci: Kekerasan dalam keluarga, kekerasan verbal, kekerasan fisik, perilaku remaja, krisis identitas, konseling kelompok.

ABSTRACT

Family violence can have serious impacts on adolescents' emotional development, identity formation, and behavior. This study aims to describe the impact of family violence on a 15-year-old male adolescent and to evaluate the effectiveness of group counseling in supporting his psychological recovery. Using a qualitative approach and case study method, data were collected through participatory observation and in-depth interviews to explore the subject's personal experiences and psychological dynamics. The findings indicate that verbal and physical abuse from parents triggered identity crises, emotional disturbances, and difficulties in building social relationships with peers. Group counseling provided a safe space for the subject to express emotional wounds, build new hope, increase self-awareness, and strengthen emotional regulation.

This approach also facilitated self-reflection and behavioral changes toward more adaptive coping strategies. The implications of this study highlight that group counseling is an effective intervention for adolescents who are victims of family violence to overcome emotional trauma, develop social skills, and improve mental well-being. This research is expected to serve as a reference for counseling practitioners, educators, and related stakeholders in designing more comprehensive psychological intervention programs for adolescents affected by family violence.

Keywords: Family violence, verbal abuse, physical abuse, adolescent behavior, identity crisis, group counseling.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International

PENDAHULUAN

Remaja merupakan fase krusial dalam perkembangan individu, di mana pencarian jati diri, emosi yang labil, dan kebutuhan akan dukungan sosial menjadi sangat dominan (Andhina dkk., 2023; Diananda, 2019; Fatmawaty, 2018; Ramadhan Lubis, Setia Ningsih, Singgih Kusworo, 2023). Namun, banyak remaja justru mengalami tekanan dari dalam keluarga, yang seharusnya menjadi tempat paling aman. Kekerasan terhadap anak masih menjadi persoalan serius di Indonesia. Dalam konteks psikologis, remaja merupakan kelompok usia yang sangat rentan terhadap tekanan lingkungan, terutama lingkungan keluarga yang seharusnya menjadi tempat aman untuk bertumbuh (Al Adawiah, 2015; Asy'ari, 2021; Hidayat, 2021; Holipah & Asmawati, 2023; Rahmat Ismail, 2023; Yulianingsih, 2021). Banyak kasus menunjukkan bahwa remaja yang mengalami kekerasan di rumah cenderung mengalami gangguan psikologis seperti depresi, kecemasan, hingga gangguan perilaku.

Tidak sedikit anak yang menjadi korban kekerasan fisik maupun verbal di dalam keluarganya sendiri. Kekerasan yang dialami remaja bisa berupa kekerasan fisik (seperti dipukul, dicubit), maupun verbal (seperti dimaki, direndahkan). Survei Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja 2018 menyebutkan bahwa 36,43% anak laki-laki dan 19,35% anak perempuan usia 13–17 tahun pernah mengalami kekerasan fisik. Remaja yang mengalami kekerasan berpotensi menghadapi dampak jangka panjang, seperti trauma, kecemasan, hingga kesulitan membentuk identitas diri. Masalah kekerasan dalam keluarga terhadap remaja terus menjadi perhatian serius di Indonesia

Menurut Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA), sepanjang tahun 2022, tercatat lebih dari 11.000 kasus kekerasan terhadap anak, dengan sebagian besar pelaku adalah anggota keluarga sendiri. Hal ini menunjukkan bahwa rumah tidak selalu menjadi tempat yang aman bagi anak-anak dan remaja untuk tumbuh kembang secara sehat.

Penelitian oleh Nurmallasari dan Fitriana (2020) menunjukkan bahwa kekerasan verbal yang dilakukan orang tua dapat menurunkan harga diri remaja secara signifikan dan menyebabkan munculnya perilaku menyimpang. Selain itu, remaja yang mengalami kekerasan cenderung mengalami kesulitan dalam membangun relasi sosial, merasa tidak berharga, dan mengalami hambatan dalam pembentukan identitas diri.

Dalam menghadapi situasi ini, pendekatan konseling kelompok dianggap sebagai salah satu metode yang efektif. Konseling kelompok tidak hanya menyediakan ruang aman untuk berbagi pengalaman, tetapi juga memungkinkan peserta saling memberikan dukungan emosional. Seperti disampaikan oleh Sarlito (2002), konseling kelompok dapat membantu individu menyadari potensi dirinya dan meningkatkan kemampuan untuk mengelola emosi dan hubungan sosial.

Oleh karena itu, pemahaman terhadap dampak kekerasan dan upaya penanganan seperti konseling kelompok menjadi sangat penting. Kondisi ini mendorong perlunya pendekatan yang empatik dan mendalam seperti konseling kelompok, di mana remaja memiliki ruang untuk berbagi, diterima, dan didampi dalam proses pemulihan diri.

Teori yang menjadi dasar penelitian ini mencakup beberapa pendekatan psikologis yang relevan dengan dampak kekerasan pada remaja. Teori Kelekatan dari Bowlby (1969) menjelaskan bahwa hubungan awal antara anak dan pengasuh utama membentuk dasar kemampuan anak dalam mengatur emosi dan menjalin relasi sosial. Kekerasan yang terjadi dalam keluarga dapat menyebabkan terbentuknya kelekatan yang tidak aman, yang memunculkan rasa tidak percaya dan rendah diri. Widom (1989) menambahkan bahwa kekerasan dalam rumah tangga merupakan faktor risiko signifikan bagi munculnya gangguan psikologis jangka panjang seperti depresi, PTSD, dan perilaku antisosial, serta cenderung membentuk pola kekerasan yang ditiru anak. Hal ini diperkuat oleh Teori Pembelajaran Sosial dari Bandura (1977), yang menyebutkan bahwa anak belajar melalui pengamatan, sehingga kekerasan orang tua menjadi contoh negatif yang dapat diulang dalam interaksi sosial anak. Selain itu, Teori Psikososial dari Erikson (1968) menekankan bahwa masa remaja merupakan tahap identitas versus kebingungan peran, di mana dukungan lingkungan sangat menentukan apakah remaja dapat membentuk identitas diri yang sehat atau mengalami krisis identitas. Keempat teori ini memberikan kerangka konseptual untuk memahami bagaimana kekerasan memengaruhi perkembangan psikologis remaja serta pentingnya intervensi seperti konseling kelompok untuk membantu proses pemulihan.

Penelitian terdahulu memberikan wawasan penting namun tidak secara langsung menilai efektivitas konseling kelompok pada remaja laki-laki korban kekerasan keluarga. Penelitian Batubara et al. (2021) mengeksplorasi proses menemukan ketangguhan (resilience) pada tujuh remaja korban kekerasan keluarga melalui metode fenomenologis, dan menemukan bahwa mereka mampu mengolah trauma dan mencapai tujuan hidup melalui refleksi diri dan dukungan emosional. Namun, penelitian ini tidak meneliti intervensi spesifik seperti konseling kelompok untuk memperkuat ketangguhan tersebut. Di sisi lain, Fellin et al. (2019) mengembangkan intervensi terapi kelompok berbasis naratif dan sistemik bagi remaja korban kekerasan domestik di beberapa negara Eropa, dan menemukan intervensi itu membantu mereka mengekspresikan stres, membangun strategi coping, serta meningkatkan rasa kontrol diri. Meskipun demikian, penelitian tersebut tidak menerapkannya di konteks Indonesia dan kurang fokus pada remaja laki-laki.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dampak kekerasan keluarga terhadap remaja laki-laki dan menguji efektivitas konseling kelompok dalam meningkatkan ketahanan psikologis dan perilaku mereka. Secara teoretis, penelitian ini melengkapi literatur psikologi remaja Indonesia dengan pendekatan gender-sensitif dan berbasis intervensi. Secara praktis, hasilnya menjadi rujukan bagi praktisi konseling, pendidik, dan pembuat kebijakan dalam merancang program pemulihan psikologis yang efektif bagi remaja korban kekerasan keluarga, terutama di kalangan laki-laki.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus untuk memahami secara mendalam pengalaman seorang remaja laki-laki (inisial E) berusia 15 tahun, siswa kelas 1 SMA, yang menjadi korban kekerasan verbal dan fisik dari orang tua. Subjek dipilih karena kesediaannya untuk menceritakan pengalaman pribadi secara terbuka dalam konteks konseling kelompok. Pendekatan ini dipilih karena mampu menggali dinamika emosional, persepsi, dan proses pemulihan psikologis subjek secara holistik. Fokus penelitian adalah mendeskripsikan dampak kekerasan dalam rumah tangga terhadap perkembangan emosional dan sosial subjek, sekaligus menilai efektivitas konseling kelompok dalam memfasilitasi proses pemulihan.

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi data primer dan sekunder. Data primer diperoleh melalui observasi partisipatif selama sesi konseling kelompok, wawancara mendalam dengan subjek, serta pencatatan ekspresi emosi dan perilaku menggunakan lembar observasi. Data sekunder dikumpulkan dari literatur yang relevan, seperti laporan kasus kekerasan anak, studi mengenai dampak psikologis kekerasan, serta teori-teori perkembangan remaja yang mendukung analisis. Gabungan kedua sumber data ini memungkinkan peneliti untuk membandingkan pengalaman subjek dengan temuan dalam literatur, sehingga analisis menjadi lebih komprehensif.

Analisis data dilakukan dengan teknik analisis tematik untuk mengidentifikasi pola pengalaman, respons emosional, serta proses perubahan perilaku subjek selama mengikuti konseling kelompok. Data dari wawancara ditranskrip dan dikodekan menjadi tema-tema utama seperti trauma, kesulitan relasi sosial, serta perkembangan regulasi emosi. Observasi partisipatif digunakan untuk memvalidasi temuan wawancara melalui triangulasi data, sedangkan literatur sekunder membantu memberikan kerangka teoritis. Pendekatan ini memastikan hasil penelitian lebih objektif, mendalam, dan relevan untuk merancang intervensi psikologis yang lebih efektif bagi remaja korban kekerasan keluarga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara dan konseling kelompok terhadap kelas 1 SMA subjek E mengungkapkan gejala stres yang mendalam, seperti mudah tersinggung, sering diam, dan menarik diri dari interaksi sosial. Dalam sesi konseling kelompok, E mampu mengungkapkan perasaan marah, sedih, dan kecewa terhadap perlakuan orang tuanya. Tema-tema utama yang muncul dalam konseling antara lain: (1) luka emosional akibat hinaan dan pukulan, (2) rasa tidak berdaya dalam menghadapi situasi keluarga, (3)

keinginan untuk berubah tetapi takut dianggap durhaka, (4) harapan bahwa orang tua suatu saat akan berubah. Konseling kelompok memberikan ruang aman bagi E untuk berekspresi tanpa dihakimi. Melalui dukungan teman-teman kelompok, E mulai belajar memvalidasi emosinya, mengembangkan keberanian untuk menghadapi kenyataan, dan memikirkan strategi menghadapi masa depan. Terapi kelompok ini berfungsi tidak hanya sebagai ventilasi emosi, tetapi juga sebagai wahana pendidikan emosional dan sosial bagi peserta.

Dampak Kekerasan terhadap Emosi dan Kepercayaan Diri

Berdasarkan hasil wawancara dan sesi konseling, terlihat bahwa kekerasan yang dialami subjek E berdampak langsung pada kondisi emosionalnya. E sering menunjukkan tanda-tanda stres seperti mudah tersinggung, sulit mengontrol emosi, serta sering menangis tanpa sebab yang jelas. Hinaan dan kekerasan fisik yang diterima dari orang tuanya menimbulkan rasa sakit emosional yang mendalam, membuatnya merasa tidak aman di lingkungan rumah sendiri. Dampak emosional ini mempengaruhi cara E memandang dirinya, termasuk perasaan tidak berharga dan rendah diri.

Selain memengaruhi emosi, kekerasan juga meruntuhkan rasa percaya diri E. Setiap perkataan kasar yang diterima membuat E merasa tidak memiliki kemampuan atau kelebihan yang bisa dibanggakan. Ia sering meragukan kemampuannya di sekolah dan merasa takut untuk tampil atau berpendapat di depan orang lain. Perasaan takut gagal dan ketakutan akan dihakimi menjadi penghambat bagi perkembangan potensinya. Hal ini menunjukkan bahwa kekerasan verbal dan fisik dapat memberikan dampak jangka panjang pada pembentukan identitas remaja.

Dalam konseling kelompok, E mulai mampu mengidentifikasi luka emosionalnya dan mencoba memahami bahwa perlakuan orang tuanya bukan kesalahannya. Dengan bimbingan konselor, ia perlahan membangun kembali rasa percaya dirinya melalui validasi dan dukungan yang diberikan anggota kelompok. Proses ini menjadi langkah awal pemulihan psikologis yang membantu E memahami bahwa ia memiliki nilai dan hak untuk mendapatkan kasih sayang serta perlakuan yang layak.

Kecenderungan Memendam Emosi dan Menarik Diri

Hasil observasi menunjukkan bahwa E memiliki kecenderungan memendam emosi yang muncul akibat kekerasan di rumah. Ia memilih untuk diam dan menyimpan semua perasaan negatifnya sendiri karena merasa tidak ada yang bisa dipercaya. Pola ini terlihat jelas dari perilakunya yang tertutup dan enggan berbagi cerita dengan teman atau guru. Kebiasaan ini membuatnya menumpuk emosi, yang kemudian diekspresikan melalui perilaku pasif-agresif atau ledakan kemarahan pada momen tertentu.

Kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial juga menjadi salah satu dampak signifikan. E jarang terlibat dalam kegiatan bersama teman-temannya dan lebih sering menyendiri di sekolah. Ia mengaku merasa tidak nyaman berada di lingkungan ramai karena takut orang lain mengetahui masalah pribadinya. Kondisi ini membuat E kehilangan kesempatan untuk mendapatkan dukungan sosial, yang sebenarnya sangat

dibutuhkan dalam masa remaja. Akibatnya, rasa kesepian dan perasaan terisolasi semakin memperburuk kondisinya.

Melalui sesi konseling kelompok, E didorong untuk mulai terbuka dan mengekspresikan perasaannya. Lingkungan kelompok yang mendukung memungkinkan E untuk berbicara tanpa rasa takut dihakimi. Proses ini membantu E memahami bahwa berbagi pengalaman tidak menunjukkan kelemahan, melainkan bagian dari pemulihan. Seiring waktu, ia mulai menunjukkan perubahan positif dengan lebih berani berbicara dan membangun interaksi sosial.

Efek Terapeutik Dukungan Kelompok

Konseling kelompok terbukti memberikan efek terapeutik yang kuat bagi subjek E. Dalam kelompok, ia menemukan dukungan emosional dari teman-teman yang memahami dan mendengarkan tanpa menghakimi. Hal ini memberinya rasa aman untuk mengekspresikan emosi yang sebelumnya terpendam. Diskusi yang dilakukan dalam kelompok membantu E menyadari bahwa ia tidak sendirian dalam menghadapi kesulitan, sehingga rasa percaya diri mulai terbentuk kembali.

Dukungan dari anggota kelompok juga membantu E belajar keterampilan sosial baru. Ia belajar untuk menghargai pendapat orang lain, berempati terhadap pengalaman teman, dan menyampaikan perasaannya secara sehat. Aktivitas kelompok, seperti berbagi cerita dan simulasi komunikasi, membuat E merasa diterima dan dihargai. Hal ini menjadi langkah penting dalam pemulihan psikologisnya.

Selain itu, konseling kelompok membantu E membangun harapan dan rencana masa depan yang lebih positif. Ia mulai melihat bahwa ada cara lain untuk menghadapi masalah tanpa harus terus memendam rasa sakit. Dengan bimbingan konselor, E juga belajar teknik regulasi emosi yang membuatnya lebih siap menghadapi situasi sulit. Efek ini memperlihatkan bahwa dukungan kelompok tidak hanya membantu dalam proses penyembuhan, tetapi juga membangun ketahanan psikologis jangka panjang.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa kekerasan verbal dan fisik dalam keluarga memiliki dampak signifikan terhadap perkembangan emosional, kepercayaan diri, dan hubungan sosial remaja. Subjek penelitian (E), seorang remaja laki-laki berusia 15 tahun, mengalami gejala stres seperti menarik diri, rasa tidak berdaya, serta kesulitan dalam membangun identitas diri. Melalui konseling kelompok, subjek berhasil mengekspresikan emosi yang terpendam, mulai membangun kepercayaan diri, dan mengembangkan keterampilan regulasi emosi serta interaksi sosial. Hasil penelitian ini secara langsung menjawab tujuan penelitian, yaitu menggambarkan dampak kekerasan terhadap remaja serta efektivitas konseling kelompok sebagai metode intervensi psikologis yang mampu memberikan efek terapeutik, dukungan emosional, dan ruang aman bagi pemulihan.

Kontribusi penelitian di masa depan terletak pada pengembangan model konseling kelompok yang lebih sistematis dan berbasis budaya Indonesia, khususnya untuk menangani korban kekerasan dalam keluarga. Penelitian ini dapat menjadi landasan bagi

kajian lebih luas dengan jumlah subjek yang lebih beragam, termasuk pendekatan multi-kasus atau kombinasi dengan terapi berbasis trauma. Selain itu, temuan ini juga dapat dimanfaatkan untuk mengembangkan program pelatihan bagi konselor sekolah dan praktisi psikologi agar lebih siap menangani remaja korban kekerasan dengan pendekatan yang empatik, efektif, dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Adawiah, R. (2015). Upaya pencegahan kekerasan terhadap anak. *Jurnal Keamanan Nasional*, 1(2). <https://doi.org/10.31599/jkn.v1i2.26>
- Andhina, S. P., Suyono, Y. M., Dareios, V. A. C. P., Anggraini, A., Safitri, H. A., & Kharisma, E. (2023). Psikoedukasi fase perkembangan anak dan kenakalan remaja. *Jurnal Psikologi Atribusi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1). <https://doi.org/10.31599/japmp.v1i1.2003>
- Asy'ari, S. (2021). Kekerasan terhadap anak. *Jurnal Keislaman*, 2(2). <https://doi.org/10.54298/jk.v2i2.3383>
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Diananda, A. (2019). Psikologi remaja dan permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1). <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- Fatmawaty, R. (2018). Fase-fase masa remaja. *Jurnal Reforma*, 6(2).
- Hidayat, A. (2021). Kekerasan terhadap anak dan perempuan. *AL-MURABBI: Jurnal Studi Kependidikan dan Keislaman*, 8(1). <https://doi.org/10.53627/jam.v8i1.4260>
- Holipah, H., & Asmawati, A. (2023). Analisis kebijakan perlindungan kekerasan terhadap anak di Kota Palembang. *Responsive*, 5(4). <https://doi.org/10.24198/responsive.v5i4.43264>
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA). (2023). *Data kekerasan terhadap anak*. <https://kemenpppa.go.id>
- Nurmalasari, R., & Fitriana, R. (2020). Dampak kekerasan verbal orang tua terhadap harga diri remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 6(1), 23–31.
- Pratiwi, L. D. (2021). Konseling kelompok sebagai upaya menurunkan tingkat kecemasan remaja korban kekerasan. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 6(2), 104–112.
- Rahmat Ismail, R. (2023). Analisis kekerasan terhadap anak ditinjau dari perspektif kriminologi kejahatan. *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 8(3). <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v8i3.11399>
- Ramadhan Lubis, Setia Ningsih, & Singgih Kusworo, C. M. S. (2023). Perkembangan jiwa keagamaan pada fase remaja akhir. *Journal of Social Science Research*, 6(1).
- Sarlito, W. S. (2002). *Psikologi remaja*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Widom, C. S. (1989). The cycle of violence. *Science*, 244(4901), 160–166. <https://doi.org/10.1126/science.2704995>
- Yulianingsih, Y. (2021). Pendidikan anti kekerasan terhadap anak (Analisis dalam perspektif Islam). *Jurnal Pendidikan AURA (Anak Usia Raudhatul Atfhal)*, 2(1). <https://doi.org/10.37216/aura.v2i1.466>