

## Lampiran 1 Angket Studi Pendahuluan

SKALA KEKERASAN PADA ANAK  
**PENGEMBANGAN BOOKLET UNTUK MEMPERKENALKAN BENTUK  
 COPING SKILLS DALAM MENGHADAPI KDRT PADA ANAK**  
 PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
 FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
 UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

Saya Indri Septiyani Surya, mahasiswi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Jakarta yang saat ini sedang menempuh pendidikan di semester 7 hendak melakukan *Studi Pendahuluan dalam rangka Penelitian Skripsi* mengenai kebutuhan peserta didik SMA Negeri 81 Jakarta kelas XII terhadap Pengembangan Media *booklet* mengenai *coping skills* dalam menghadapi KDRT bagi siswa.

Angket ini bertujuan untuk mengukur Skala Kekerasan pada Anak yang berisi 38 pernyataan tertutup mengenai kemungkinan-kemungkinan kekerasan yang dapat terjadi pada anak. Bacalah pernyataan-pernyataan di angket ini secara teliti dan cermat. Jawablah dengan memilih “**Tidak Pernah/ Terkadang/ Sering/ Selalu**” dan beri tanda (√) pada pernyataan yang kamu anggap sesuai dengan kondisi diri saat ini. Tidak ada benar/salah dalam pengisian angket ini dan angket ini bersifat **RAHASIA**, oleh karena itu isilah dengan cermat serta sesuai dengan diri kamu.

Nama : (L/P) Sekolah :  
 Kelas : No, Telp/HP :  
 Anak ke- : dari : bersaudara

### Sub-skala Kekerasan Psikologis

Pernyataan	Tidak Pernah	Terkadang	Sering	Selalu
1) Saya merasa bahwa keluarga saya tidak menyukai dan tidak peduli pada saya.				
2) Saya merasa orang tua saya tidak menyukai dan tidak peduli kepada saya.				
3) Saya selalu dikritik oleh anggota keluarga saya.				
4) Saya selalu diejek oleh keluarga saya.				
5) Saya selalu dikritik orang tua saya.				
6) Orang tua saya memperlakukan saya dengan tidak baik.				
7) Saya merasa tidak berharga dengan cara orang tua memperlakukan saya.				
8) Orang tua saya sangat keras terhadap saya.				
9) Saya berharap dapat tinggal dengan keluarga lain.				
10) Orang tua saya sering menyuruh saya.				
11) Orang tua saya menyalahkan saya di depan orang lain.				
12) Saya merasa anggota keluarga mengejek saya.				
13) Orang tua saya mengejek saya.				
14) Anggota keluarga saya sering menyuruh saya.				
15) Saya yakin anggota keluarga akan membantu ketika saya dalam masalah.				

16)Keinginan saya diperhatikan oleh keluarga.				
17)Saya diperbolehkan menentukan keinginan-keinginan saya sendiri.				
18)Keluarga memperhatikan kebersihan saya.				
19)Saya hidup dengan tenang.				
20)Harapan keluarga saya sesuai dengan kemampuan yang saya miliki.				
21)Harapan orang tua saya sesuai dengan kemampuan yang saya miliki.				
22)Secara umum hidup saya berjalan dengan baik.				
23)Orang tua saya memperhatikan keadaan gizi saya.				
24)Saya mempunyai waktu untuk tidur dan istirahat.				
25)Saya yakin orang tua saya akan membantu saya ketika dalam masalah.				

### Sub-skala Kekerasan Fisik

Pernyataan	Tidak Pernah	Terkadang	Sering	Selalu
1) Orang tua saya memukul saya dengan keras sehingga meninggalkan bekas.				
2) Saya dipukuli di rumah.				
3) Saya dipukuli karena setiap kesalahan kecil.				
4) Saya dihukum secara tidak adil di rumah.				

5) Saya dipukuli dengan keras sehingga menyebabkan cedera serius (Seperti patah tulang dan lainnya).				
6) Hukuman yang diberikan orang tua saya tidak sebanding dengan kesalahan saya				
7) Saya menyaksikan anggota keluarga saya yang lain dipukuli.				
8) Jika saya melanggar peraturan keluarga, saya akan dihukum dengan sangat keras.				

### Skala Pelecehan Seksual

Pernyataan	Tidak Pernah	Terkadang	Sering	Selalu
1) Seseorang atau beberapa orang dewasa mencoba menyentuh bagian pribadi saya.				
2) Seseorang atau beberapa orang dewasa mencoba untuk melihat bagian pribadi saya				
3) Seseorang atau beberapa orang dewasa berbicara kasar kepada saya.				
4) Seseorang atau beberapa orang dewasa mencoba menyakiti saya secara seksual.				
5) Seorang dewasa memaksa saya melihat atau menyentuh bagian pribadi orang lain.				

ANGKET *COPING SKILLS* DALAM MENGHADAPI KDRT : KEKERASAN  
FISIK

**PENGEMBANGAN BOOKLET UNTUK MEMPERKENALKAN BENTUK  
*COPING SKILLS* DALAM MENGHADAPI KDRT PADA ANAK**

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

Saya Indri Septiyani Surya, mahasiswi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Jakarta yang saat ini sedang menempuh pendidikan di semester 7 hendak melakukan *Studi Pendahuluan dalam rangka Penelitian Skripsi* mengenai kebutuhan siswa/i SMA Negeri 81 Jakarta kelas XII terhadap Pengembangan Media *booklet* mengenai *coping skills* dalam menghadapi KDRT bagi siswa.

Angket ini bertujuan untuk mengukur tingkat *coping skills* pada Anak yang berisi 28 pernyataan tertutup mengenai kemungkinan-kemungkinan *coping skills* yang anak lakukan ketika menghadapi KDRT. Bacalah pernyataan-pernyataan di angket ini secara teliti dan cermat. Jawablah dengan memilih “**YA/TIDAK**” dan beri tanda (√) pada pernyataan yang kamu anggap sesuai dengan kondisi diri saat ini. Tidak ada benar/salah dalam pengisian angket ini dan angket ini bersifat **RAHASIA**, oleh karena itu isilah dengan cermat serta sesuai dengan diri kamu.

**Umur :**

**Sekolah :**

NO.	PERNYATAAN	YA	TIDAK
1.	Saya akan melakukan perlawanan ketika anggota keluarga saya memukul dan memperlakukan saya dengan kasar.		
2.	Saya mencegah anggota keluarga saya ketika keributan terjadi.		
3.	Saya berusaha berbicara kepada anggota keluarga untuk tidak memperlakukan saya secara kasar.		
4.	Saya menceritakan kejadian kekerasan fisik kepada teman dekat.		
5.	Saya menceritakan kejadian kekerasan fisik kepada guru.		
6.	Saya mencari pertolongan kepada teman dekat ketika anggota keluarga memukul saya.		
7.	Saya mencari pertolongan kepada guru ketika anggota keluarga memukul saya.		
8.	Saya mendatangi KomNas Perlindungan anak atau lembaga perlindungan lainnya untuk mencegah terjadinya kekerasan fisik yang dilakukan anggota keluarga saya.		
9.	saya meminta bantuan kepada guru untuk menghubungi KomNas perlindungan anak atau lembaga perlindungan lainnya agar saya merasa aman.		
10.	Saya meminta bantuan anggota keluarga lain ketika mendapatkan perlakuan kasar didalam rumah.		
11.	Saya meminta bantuan kepada guru agar membantu		

	saya menghadapi anggota keluarga.		
12.	Saya melindungi diri saya agar tidak diperlakukan kasar oleh anggota keluarga dengan selalu bersikap baik dan menuruti kemauan anggota keluarga.		
13.	Saya menyusun rencana tahap demi tahap untuk dapat keluar dari situasi kekerasan yang sedang saya alami.		
14.	Saya mampu mengelola perasaan tertekan saya ketika mendapatkan pukulan serta tendangan dan tetap menjalankan kewajiban saya sebagai anak didalam keluarga, sebagai upaya menghindari kekerasan yang lebih banyak lagi.		
15.	ketika anggota keluarga memukul saya, saya berusaha untuk tidak menangis dihadapan anggota keluarga dan bersikap setenang mungkin untuk menghindari lebih banyak konflik.		
16.	Saya berusaha menahan perasaan marah ketika anggota keluarga memukul saya.		
17.	Ketika saya berdiam diri sehabis mendapatkan pukulan dan tendangan, saya berusaha untuk menenangkan diri dengan mengatur nafas dan merilekskan badan.		
18.	Saya berusaha untuk tidak melakukan hal-hal nekat, seperti bunuh diri dan kabur dari rumah.		
19.	Saya lebih memilih berdiam diri dikamar dibandingkan berkumpul bersama anggota keluarga agar tidak mendapatkan perlakuan kasar lebih banyak lagi.		
20.	Saya memperbanyak kegiatan di sekolah seperti organisasi dan ekskul agar tidak mendapatkan		

	perlakuan kasar di dalam rumah.		
21.	Perlakuan kasar anggota keluarga terhadap saya membuat saya termotivasi untuk membuktikan kepada anggota keluarga bahwa saya bukan anak yang pantas diperlakukan kasar.		
22.	Perlakuan kasar orang tua terhadap saya bukanlah hal yang pantas dilakukan karena tidak sesuai dalam mendidik saya sebagai anak.		
23.	Perlakuan kasar anggota keluarga terhadap saya merupakan ujian dari Tuhan sehingga saya lebih memilih untuk mendekati diri kepada Tuhan dan melakukan upaya-upaya religius untuk keluar dari masalah yang saya hadapi.		
24.	Saya berusaha untuk tetap tenang meskipun merasa kecewa dan berusaha untuk dapat menolong diri saya keluar dari situasi kekerasan yang saya alami dengan selalu bersikap tenang didalam rumah dan menghindari situasi yang dapat menimbulkan konflik.		
25.	Saya berusaha melawan rasa takut saya dan memberanikan diri untuk meminta bantuan kepada orang lain, seperti teman, guru BK, dan lembaga perlindungan lainnya.		
26.	Saya menghindari berada dirumah karena takut diperlakukan kasar dan lebih memilih bermain bersama teman-teman.		
27.	Saya lebih memilih pulang larut malam agar tidak bertemu dengan anggota keluarga.		
28.	Saya menghindari tekanan akibat perlakuan kasar didalam keluarga dengan mengkonsumsi obat-obatan terlarang.		

ANGKET *COPING SKILLS* DALAM MENGHADAPI KDRT : KEKERASAN  
PSIKOLOGIS

**PENGEMBANGAN BOOKLET UNTUK MEMPERKENALKAN BENTUK  
*COPING SKILLS* DALAM MENGHADAPI KDRT PADA ANAK**

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

Saya Indri Septiyani Surya, mahasiswi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Jakarta yang saat ini sedang menempuh pendidikan di semester 7 hendak melakukan *Studi Pendahuluan dalam rangka Penelitian Skripsi* mengenai kebutuhan siswa/i SMA Negeri 81 Jakarta kelas XII terhadap Pengembangan Media *booklet* mengenai *coping skills* dalam menghadapi KDRT bagi siswa.

Angket ini bertujuan untuk mengukur tingkat *coping skills* pada Anak yang berisi 26 pernyataan tertutup mengenai kemungkinan-kemungkinan *coping skills* yang anak lakukan ketika menghadapi KDRT. Bacalah pernyataan-pernyataan di angket ini secara teliti dan cermat. Jawablah dengan memilih “**YA/TIDAK**” dan beri tanda (√) pada pernyataan yang kamu anggap sesuai dengan kondisi diri saat ini. Tidak ada benar/salah dalam pengisian angket ini dan angket ini bersifat **RAHASIA**, oleh karena itu isilah dengan cermat serta sesuai dengan diri kamu.

**Umur :**

**Sekolah :**

NO.	PERNYATAAN	YA	TIDAK
1.	Saya akan melakukan perlawanan ketika anggota keluarga saya berkata kasar dan mengancam saya		
2.	Saya mencegah anggota keluarga saya ketika hendak memberikan ancaman kepada saya dengan melakukan penjelasan bahwa sebagai anggota keluarga mereka seharusnya saling melindungi bukan mengancam.		
3.	Saya berusaha berbicara kepada anggota keluarga untuk tidak memberikan kata-kata kasar dan mengancam kepada saya.		
4.	Saya menceritakan kepada teman dekat ketika anggota keluarga berkata kasar dan mengancam saya.		
5.	Saya menceritakan kepada guru ketika anggota keluarga berkata kasar dan mengancam saya..		
6.	Saya mencari pertolongan kepada teman dekat ketika anggota keluarga mengancam saya.		
7.	Saya mencari pertolongan kepada guru ketika anggota keluarga mengancam saya.		
8.	Saya mendatangi anggota keluarga lain dan mengadakan perkataan kasar serta ancaman anggota keluarga terhadap saya.		
9.	Saya meminta bantuan kepada guru agar membantu		

	saya menghadapi anggota keluarga.		
10.	Saya menyusun rencana tahap demi tahap untuk bisa keluar dari situasi terancam dan tidak diperdulikan yang saya alami.		
11.	saya berifikir keras memikirkan cara untuk tidak mendapatkan perkataan kasar serta ancaman dari anggota keluarga.		
12.	Saya mampu mengelola perasaan tertekan saya ketika perkataan kasar serta ancaman dan tetap menjalankan kewajiban saya sebagai anak didalam keluarga, agar terhindar dari situasi ancaman dan tidak diperdulikan yang saya alami.		
13.	ketika anggota keluarga berkata kasar serta mengancam, saya berusaha untuk tidak menangis dihadapan anggota keluarga dan bersikap setenang mungkin untuk menghindari lebih banyak konflik.		
14.	Saya berusaha menahan perasaan marah ketika anggota keluarga berkata kasar dan mengancam saya.		
15.	Ketika saya berdiam diri sehabis mendapatkan perkataan kasar serta ancaman, saya berusaha untuk menenangkan diri dengan mengatur nafas dan merilekskan badan.		
16.	Saya berusaha untuk tidak melakukan hal-hal nekat, seperti bunuh diri dan kabur dari rumah.		

17.	Saya lebih memilih berdiam diri dikamar dibandingkan berkumpul bersama anggota keluarga agar tidak mendapatkan perkataan kasar, ancaman, serta tidak diperdulikan didalam rumah		
18.	Saya memperbanyak kegiatan di sekolah seperti organisasi dan ekskul agar tidak mendapatkan perkataan kasar, ancaman, serta tidak diperdulikan di dalam rumah.		
19.	Saya lebih memilih menyelesaikan pekerjaan rumah saya dibandingkan harus berkumpul dan bertemu dengan anggota keluarga.		
20.	Perkataan kasar dan ancaman anggota keluarga terhadap saya membuat saya termotivasi untuk membuktikan kepada anggota keluarga bahwa saya bukan anak yang pantas diberikan perkataan kasar serta ancaman.		
21.	Perkataan kasar dan ancaman anggota keluarga terhadap saya merupakan ujian dari Tuhan sehingga saya lebih memilih untuk mendekati diri kepada Tuhan dan melakukan upaya-upaya religius untuk keluar dari masalah saya.		
22.	Saya berusaha untuk tetap tenang meskipun merasa kecewa dan berusaha untuk dapat menolong diri saya keluar dari situasi terancam dan tidak diperdulikan yang saya alami, dengan selalu bersikap tenang didalam rumah dan menghindari situasi yang dapat		

	menimbulkan konflik.		
23.	Saya berusaha melawan rasa takut saya dan memberanikan diri untuk meminta bantuan kepada orang lain, seperti teman, guru BK, dan lembaga perlindungan lainnya.		
24.	Saya menghindari diri untuk mendengar segala perkataan kasar dan ancaman anggota keluarga dengan cara menutup kuping dan pergi dari rumah.		
25.	Saya lebih memilih bermain diluar rumah daripada harus mendapatkan perkataan kasar serta ancaman dari anggota keluarga didalam rumah.		
26.	Saya menghindari tekanan akibat perkataan kasar serta ancaman didalam keluarga dengan mengkonsumsi obat-obatan terlarang.		

**PENGEMBANGAN BOOKLET UNTUK MEMPERKENALKAN BENTUK  
COPING SKILLS DALAM MENGHADAPI KDRT PADA ANAK**  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

Saya Indri Septiyani Surya, mahasiswi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Jakarta yang saat ini sedang menempuh pendidikan di semester 7 hendak melakukan *Studi Pendahuluan dalam rangka Penelitian Skripsi* mengenai kebutuhan peserta didik SMA Negeri 81 Jakarta kelas XII terhadap Pengembangan Media *booklet* mengenai *coping skills* dalam menghadapi KDRT bagi siswa.

Angket ini bertujuan mengetahui minat dan keinginan peserta didik terhadap *desain* untuk pengembangan *booklet* yang akan dilakukan. Bacalah pernyataan-pernyataan di angket ini secara teliti dan cermat. Jawablah dengan memberikan tanda **SILANG** (X) pada pernyataan yang kamu anggap sesuai dengan keinginan diri kamu. Tidak ada benar/salah dalam pengisian angket ini dan angket ini, oleh karena itu isilah dengan cermat serta sesuai dengan diri kamu.

Nama : (L/P) Sekolah :  
Kelas : No, Telp/HP :

Anda diminta untuk memberikan pendapat anda terhadap *desain* yang menarik dan baik pada setiap komponen *booklet* agar lebih menarik.

1. *Cover*
  - a. *Hard Cover*
  - b. *Soft Cover*
2. Kertas
  - a. *Glossy* (berkilau, licin, seperti kertas foto)
  - b. *Doff* (tidak berkilau, seperti kertas pada umumnya)
3. *Background*
  - a. Polos
  - b. Bergambar
4. Jenis Gambar
  - a. Animasi
  - b. Nyata
5. Ukuran Gambar
  - a. Besar
  - b. Sedang
  - c. Kecil
6. Komposisi Gambar dan Teks
  - a. Gambar besar, sedikit kata
  - b. Gambar kecil, banyak kata
  - c. Gambar dan Kata Seimbang
7. Jenis Warna
  - a. Monokrom (Hitam dan Putih)

- b. Primer ( Merah, Kuning, Biru)
  - c. Sekunder (Jingga, Ungu, Hijau)
  - d. Pastel
8. Komposisi Warna
- a. 1 Warna
  - b. 2 – 3 Warna
  - c. Berwarna (*Colorfull*)
9. Orientasi
- a. *Potrait* (Vertikal)
  - b. *Landscape* (Horizontal)
10. Jenis Tulisan
- a. Tegak
  - b. Sambung
11. Ukuran Tulisan
- a. Besar
  - b. Sedang
  - c. Kecil

## Lampiran 2 Pedoman Wawancara

### PEDOMAN WAWANCARA

Narasumber : P2TP2A  
 Tempat : Kantor P2TP2A  
 Tujuan : Memenuhi data untuk penelitian skripsi mengenai “Pengembangan *Booklet* Untuk Memperkenalkan Bentuk *Coping Skills* Dalam Menghadapi Kekerasan Dalam Rumah Tangga Pada Anak Kelas XII SMA Negeri 81 Jakarta.

No.	Pertanyaan	Jawaban
1.	Sudah berapa banyak kasus KDRT yang menimpa anak pada tahun 2017?	
2.	Apakah kebanyakan dalam kasus KDRT anak menjadi korban secara langsung atau menjadi saksi dalam kasus KDRT?	
3.	Gejala-gejala trauma apa saja yang dimunculkan anak-anak?	
4.	Upaya apa saja yang diberikan lembaga P2TP2A dalam menangani anak-anak yang mengalami KDRT?	
5.	Apakah lembaga P2TP2A sering melakukan sosialisasi dalam menangani KDRT pada anak?	
6.	Media apa saja yang digunakan untuk sosialisasi ?	
7.	Apakah lembaga P2TP2A pernah menggunakan media <i>Booklet</i> untuk sosialisasi?	
8.	Jika Ya, <i>Booklet</i> apa saja yang telah	

	dikembangkan?	
9.	Apakah lembaga P2TP2A merasakan kebermanfaatan media <i>booklet</i> sebagai sarana untuk sosialisasi?	
10.	Apakah lembaga P2TP2A merasa perlu menggunakan media <i>Booklet</i> mengenai <i>coping skills</i> dalam menghadapi KDRT untuk anak?	

Kesimpulan :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Jakarta, Desember 2017

Peneliti  
(Indri Septiyani Surya)

### PEDOMAN WAWANCARA

Narasumber : Koordinator BK SMAN 81 Jakarta  
 Tempat : Ruang BK SMAN 81 Jakarta  
 Tujuan : Memenuhi data untuk penelitian skripsi mengenai  
 “Pengembangan *Booklet* Untuk Memperkenalkan Bentuk  
*Coping Skills* Dalam Menghadapi Kekerasan Dalam  
 Rumah Tangga Pada Anak Kelas XII SMA Negeri 81  
 Jakarta.

No.	Pertanyaan	Jawaban
1.	Permasalahan Keluarga apa saja yang telah terjadi [ada siswa di sekolah ini 1 tahun terakhir?	
2.	Apakah ada siswa yang terindikasi mengalami KDRT di sekolah ini?	
3.	Bagaimana kondisi siswa tersebut saat ini?	
4.	Apakah siswa terlihat mampu menangani permasalahan saat ini?	
5.	Apakah siswa melakukan upaya-upaya perlawanan terhadap kekerasan yang dilakukan oleh orang tua?	
6.	Apakah siswa meminta bantuan kepada guru BK untuk menangani masalah tersebut?	
7.	Apakah siswa terlihat mampu mengontrol emosi dengan baik di sekolah dengan permasalahan kekerasan yang dialaminya?	
8.	Apakah siswa melakukan penghindaran seperti merokok atau bahkan dengan penggunaan zat adiktif lainnya?	
9.	Upaya-upaya yang dilakukan oleh sekolah untuk membantu siswa?	
10.	Adakah alat bantu tertentu yang disiapkan	

	sekolah untuk siswa memiliki informasi lebih banyak tentang KDRT?	
11.	Jika tidak ada, hal apa yang menghambat sekolah menyiapkan alat bantu bagi siswa?	
12.	Jika ada, alat bantu apa saja yang disiapkan sekolah bagi siswa?	
13.	Apakah dalam alat bantu tersebut tersedia penjelasan terkait dengan <i>coping skills</i> (jelaskan terlebih dahulu kepada guru) dalam menghadapi KDRT?	
14.	Menurut bapak/ibu jika penjelasan mengenai <i>coping skills</i> di sajikan dalam bentuk <i>booklet</i> akan seperti apa efektivitas dan kebermanfaatannya?	
15.	Selain <i>booklet</i> , adakah bentuk media lain yang dianggap efektif untuk menginformasikan bentuk <i>coping skills</i> dalam menghadapi KDRT?	
16.	Jika dibandingkan dengan <i>booklet</i> media apa yang dirasa lebih baik untuk menyampaikan informasi terkait dengan <i>coping skills</i> dalam menghadapi KDRT?	

Kesimpulan :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Jakarta, Januari 2018

Peneliti  
(Indri Septiyani Surya)

### PEDOMAN WAWANCARA

Narasumber : Peserta didik  
 Tempat : Ruang BK SMAN 81 Jakarta  
 Tujuan : Memenuhi data untuk penelitian skripsi mengenai “Pengembangan *Booklet* Untuk Memperkenalkan Bentuk *Coping Skills* Dalam Menghadapi Kekerasan Dalam Rumah Tangga Pada Anak Kelas XII SMA Negeri 81 Jakarta.

No.	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah guru BK sering membahas mengenai KDRT? Atau permasalahan keluarga lainnya?	
2.	Apakah kamu pernah mendengar istilah <i>coping skills</i> ?	
3.	Apakah <i>coping skills</i> dapat membantu kamu menghadapi KDRT?	
4.	Dari bentuk <i>coping skills</i> yang disajikan, bentuk <i>coping skills</i> apa saja yang sudah kamu terapkan?	
5.	Apakah kamu sudah merasa <i>coping skills</i> tersebut efektif kamu gunakan?	
6.	Apakah bentuk <i>coping skills</i> perlu diperkenalkan terhadap peserta didik lain guna menghadapi KDRT?	
7.	media apa saja yang sering guru BK gunakan saat bimbingan ?	
8..	Apakah kamu setuju jika guru BK menggunakan <i>booklet</i> _____untuk memperkenalkan bentuk <i>coping skills</i> dalam menghadapi KDRT ? berikan alasanmu	

Kesimpulan :

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Jakarta, Januari 2018

Peneliti  
(Indri Septiyani Surya



## Lampiran 4 Angket Uji Ahli

### INSTRUMEN EVALUASI FORMATIF MEDIA *BOOKLET*

#### JUDUL : *COPING SKILLS* DALAM MENGHADAPI KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA PADA ANAK

(Untuk Ahli Materi)

Sehubungan dengan penelitian yang dilakukan yaitu mengenai **Pengembangan *Booklet* untuk Memperkenalkan Bentuk *Coping Skills* dalam Menghadapi Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) pada Anak.** Penelitian ini bertujuan agar peserta didik bisa mendapatkan informasi baru mengenai bentuk-bentuk *coping skills* untuk menghadapi KDRT sehingga dapat membantu peserta didik mencegah diri ketika terjadi KDRT didalam keluarga. Karakteristik peserta didik dalam penelitian ini yaitu peserta didik kelas X, XI dan XII di SMAN 81 Jakarta. Melalui instrumen evaluasi ini dimaksudkan meminta pendapat dan saran Bapak/Ibu sebagai ahli materi. Pendapat dan saran Bapak/Ibu sangat bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas media.

#### A. Identitas Responden

Nama Ahli :

Jabatan :

Lembaga :

## B. Petunjuk

- Berilah tanda (√) pada kolom skor sesuai dengan penilaian anda, Seperti contoh berikut:

NO.	INDIKATOR	NILAI				SARAN DAN MASUKAN
		4	3	2	1	
<b>Materi</b>						
1	Kesesuaian materi dengan layanan bimbingan klasikal	√				

- Penilaian menggunakan skala nilai 1 – 4. Keterangan skala skor sebagai berikut:  
1 = Kurang Baik; 2 = Cukup Baik; 3 = Baik; 4 = Sangat Baik
- Jika Bapak/Ibu memberikan nilai 1 atau 2, mohon memberikan saran pada kolom yang tersedia. Atas kesediaan Bapak/Ibu untuk mengisi instrumen evaluasi ini, saya ucapkan terimakasih.

### LEMBAR EVALUASI FORMATIF AHLI MATERI

NO.	INDIKATOR	NILAI				SARAN DAN MASUKAN
		4	3	2	1	
<b>Materi</b>						
1	Kesesuaian materi dengan layanan bimbingan klasikal					
2	Kesesuaian materi dengan tujuan pembelajaran					
3	Kesesuaian materi dengan capaian tujuan penelitian					
4	Kesesuaian dari isi tulisan yang ingin disampaikan dengan materi					
5	Kejelasan uraian materi					
<b>Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)</b>						
6	Pembahasan mengenai pengertian Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) sudah terwakili					
7	Pembahasan mengenai KDRT secara					

	fisik sudah terwakili					
8	Penjelasan mengenai KDRT secara fisik didukung dengan contoh yang sesuai					
9	Pembahasan mengenai KDRT secara emosional/psikologis sudah terwakili					
10	Penjelasan mengenai KDRT secara emosional/psikologis didukung dengan contoh yang sesuai					
11	Pembahasan mengenai KDRT secara seksual sudah terwakili					
12	Penjelasan mengenai KDRT secara seksual didukung dengan contoh yang sesuai					
13	Pembahasan mengenai KDRT penelantaran rumah tangga sudah terwakili					
14	Penjelasan mengenai KDRT penelantaran rumah tangga didukung dengan contoh yang sesuai					
<b>Coping Skills</b>						
15	Pembahasan mengenai pengertian <i>Coping skills</i> sudah terwakili					
16	Pembahasan mengenai pengertian <i>Problem Focused Coping</i> sudah terwakili					
17	Pembahasan mengenai <i>Problem Focused Coping</i> pada kekerasan secara fisik sudah terwakili					
18	Penjelasan mengenai <i>Problem Focused Coping</i> pada kekerasan fisik didukung dengan contoh yang sesuai					
19	Pembahasan mengenai <i>Problem Focused Coping</i> pada kekerasan emosional sudah terwakili					
20	Penjelasan mengenai <i>Problem Focused Coping</i> pada kekerasan emosional didukung dengan contoh yang sesuai					

21	Pembahasan mengenai <i>Problem Focused Coping</i> pada kekerasan seksual sudah terwakili				
22	Penjelasan mengenai <i>Problem Focused Coping</i> pada kekerasan seksual didukung dengan contoh yang sesuai				
23	Pembahasan mengenai <i>Problem Focused Coping</i> pada penelantaran rumah tangga sudah terwakili				
24	Penjelasan mengenai <i>Problem Focused Coping</i> pada penelantaran rumah tangga didukung dengan contoh yang sesuai				
25	Pembahasan mengenai pengertian <i>Emotion Focused Coping</i> sudah terwakili				
26	Pembahasan mengenai <i>Emotion Focused Coping</i> pada kekerasan fisik sudah terwakili				
27	Penjelasan mengenai <i>Emotion Focused Coping</i> pada kekerasan fisik didukung dengan contoh yang sesuai				
28	Pembahasan mengenai <i>Emotion Focused Coping</i> pada kekerasan emosional sudah terwakili				
29	Penjelasan mengenai <i>Emotion Focused Coping</i> pada kekerasan emosional didukung dengan contoh yang sesuai				
30	Pembahasan mengenai <i>Emotion Focused Coping</i> pada kekerasan seksual sudah terwakili				
31	Penjelasan mengenai <i>Emotion Focused Coping</i> pada kekerasan seksual didukung dengan contoh yang sesuai				
32	Pembahasan mengenai <i>Emotion Focused Coping</i> pada penelantaran rumah tangga sudah terwakili				
33	Penjelasan mengenai <i>Emotion Focused Coping</i>				

	<i>Coping</i> pada penelantaran rumah tangga didukung dengan contoh yang sesuai				
34	Pembahasan mengenai pengertian <i>Avoidant Focused Coping</i> sudah terwakili				
35	Pembahasan mengenai <i>Avoidant Focused Coping</i> pada kekerasan fisik sudah terwakili				
36	Penjelasan mengenai <i>Avoidant Focused Coping</i> pada kekerasan fisik didukung dengan contoh yang sesuai				
37	Pembahasan mengenai <i>Avoidant Focused Coping</i> pada kekerasan emosional sudah terwakili				
38	Penjelasan mengenai <i>Avoidant Focused Coping</i> pada kekerasan emosional didukung dengan contoh yang sesuai				
39	Pembahasan mengenai <i>Avoidant Focused Coping</i> pada kekerasan seksual sudah terwakili				
40	Penjelasan mengenai <i>Avoidant Focused Coping</i> pada kekerasan seksual didukung dengan contoh yang sesuai				
41	Pembahasan mengenai <i>Avoidant Focused Coping</i> pada penelantaran rumah tangga sudah terwakili				
42	Penjelasan mengenai <i>Avoidant Focused Coping</i> pada penelantaran rumah tangga didukung dengan contoh yang sesuai				
<b>Bahasa</b>					
43	Bahasa sesuai dengan karakteristik peserta didik				
44	Bahasa yang digunakan tepat dengan EYD				
45	Istilah yang digunakan sesuai				
46	Struktur penggunaan kalimat jelas				
47	Materi <i>booklet</i> mudah dipahami				

<b>Ilustrasi</b>					
48	Penggunaan ilustrasi tepat dengan materi				
49	Kejelasan ilustrasi dengan materi				
50	Komposisi warna sesuai dengan tulisan dan karakteristik peserta didik				
<b>Jumlah Skor :</b>					
<b>Keunggulan:</b>		<b>Kekurangan:</b>			
<b>Kesimpulan:</b>					
<b>Booklet layak untuk digunakan sebagai media dalam bimbingan klasikal peserta didik</b>		<b>YA</b>	<input type="checkbox"/>	<b>TIDAK</b>	<input type="checkbox"/>

Jakarta, Juli 2018

Penguji Materi

## INSTRUMEN *PILOT* TES MEDIA *BOOKLET*

### JUDUL : *COPING SKILLS* DALAM MENGHADAPI KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA PADA ANAK

#### (Penilaian Media Untuk Peserta Didik)

Sehubungan dengan penelitian yang dilakukan yaitu mengenai Pengembangan *Booklet* untuk Memperkenalkan Bentuk *Coping Skills* dalam Menghadapi Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) pada Anak. Penelitian ini bertujuan agar peserta didik bisa mendapatkan informasi baru mengenai bentuk-bentuk *coping skills* untuk menghadapi KDRT sehingga dapat membantu peserta didik mencegah diri ketika terjadi KDRT didalam keluarga. Karakteristik peserta didik dalam penelitian ini yaitu peserta didik kelas X, XI dan XII di SMAN 81 Jakarta. Melalui instrumen evaluasi ini dimaksudkan meminta pendapat dan saran peserta didik sebagai pengguna media. Pendapat dan saran anda sangat bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas media.

#### A. Identitas Responden

Nama :

Kelas :

Sekolah :

#### B. Petunjuk

- Berilah tanda (√) pada kolom skor sesuai dengan penilaian anda, Seperti contoh berikut:

NO.	INDIKATOR	NILAI				SARAN DAN MASUKAN
		4	3	2	1	
<b>Materi</b>						
1	Kesesuaian materi dengan layanan bimbingan klasikal	√				

2. Penilaian menggunakan skala nilai 1 – 4. Keterangan skala skor sebagai berikut:
  - 1 = Kurang Baik; 2 = Cukup Baik; 3 = Baik; 4 = Sangat Baik
  - 2 Jika Bapak/Ibu memberikan nilai 1 atau 2, mohon memberikan saran pada kolom yang tersedia. Atas kesediaan Bapak/Ibu untuk mengisi instrumen evaluasi ini, saya ucapkan terimakasih.

### LEMBAR EVALUASI FORMATIF PESERTA DIDIK

NO.	INDIKATOR	NILAI			
		4	3	2	1
<b>Desain</b>					
1	Desain cover menarik				
2	Bentuk dan ukuran <i>booklet</i> sesuai				
3	Pemilihan jenis kertas tepat				
4	Penjilidan rapi dan kuat				
5	Daya tarik				
	a. Menarik untuk di baca				
	b. Pencampuran warna sesuai				
<b>Materi</b>					
6	Kesesuaian materi dengan kegiatan pembelajaran				
7	Kesesuaian materi dengan tujuan pembelajaran				
8	Contoh sesuai dengan materi				
9	Kejelasan uraian materi				
10	Kejelasan contoh				
11	Materi sesuai dengan minat peserta didik				
12	Ketercukupan materi dengan tujuan pembelajaran yang akan di capai				
<b>Bahasa</b>					
13	Bahasa sesuai dengan karakteristik peserta didik				
14	Bahasa yang digunakan mudah dipahami				
15	Istilah yang digunakan sesuai				
16	Penyusunan kalimat tepat dan mudah dipahami				
17	Materi <i>booklet</i> mudah dipahami				
<b>Ilustrasi</b>					
18	Penggunaan ilustrasi tepat dengan materi				
19	Kejelasan ilustrasi dengan materi				
20	Komposisi warna sesuai dengan tulisan dan karakteristik peserta didik				
<b>Jumlah Skor :</b>					

## Lampiran 5 Angket Uji Coba Peserta Didik

### INSTRUMEN *PILOT* TES MEDIA *BOOKLET*

#### JUDUL : *COPING SKILLS* DALAM MENGHADAPI KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA PADA ANAK

#### (Penilaian Konten Untuk Peserta Didik)

Sehubungan dengan penelitian yang dilakukan yaitu mengenai Pengembangan *Booklet* untuk Memperkenalkan Bentuk *Coping Skills* dalam Menghadapi Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) pada Anak. Penelitian ini bertujuan agar peserta didik bisa mendapatkan informasi baru mengenai bentuk-bentuk *coping skills* untuk menghadapi KDRT sehingga dapat membantu peserta didik mencegah diri ketika terjadi KDRT didalam keluarga. Karakteristik peserta didik dalam penelitian ini yaitu peserta didik kelas X, XI dan XII di SMAN 81 Jakarta. Melalui instrumen evaluasi ini dimaksudkan meminta pendapat dan saran peserta didik sebagai pengguna media. Pendapat dan saran anda sangat bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas media.

#### A. Identitas Responden

Nama :

Kelas :

Sekolah :

#### B. Petunjuk

1. Sebelum menjawab pertanyaan-pertanyaan dibawah ini diharapkan anda sudah membaca *Booklet* sesuai petunjuk penggunaan dimulai dari *Booklet* bagian I dan dilanjutkan dengan *booklet* bagian II.
2. Bacalah pertanyaan-pertanyaan dibawah ini dengan cermat terlebih dahulu.

3. Isilah pertanyaan-pertanyaan dibawah ini dengan jawaban yang sesuai dengan pengetahuan anda.
4. Pada pertanyaan terbuka atau essay jawablah pertanyaan dengan menggunakan kalimat yang jelas dan sesuai dengan pertanyaan yang dimaksudkan.
5. Pada pertanyaan pilihan ganda berikan tanda **SILANG** (X) pada salah satu pilihan ganda: A, B, C, D, atau E yang kamu anggap paling benar.
6. Isilah pertanyaan-pertanyaan dibawah ini secara mandiri tanpa melakukan diskusi dengan teman disebelah dan didekat anda.

**Jawablah pertanyaan-pertanyaan dibawah ini secara cermat dan sesuai dengan pengetahuan anda.**

**A. Essay**

1. Apa yang dimaksud dengan kekerasan dalam rumah tangga?

Jawaban: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2. Apa yang dimaksud dengan *coping skills* dalam menghadapi KDRT?

Jawaban: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. Sebutkan macam-macam KDRT.

Jawaban: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## B. Pilihan Ganda

Berilah tanda **SILANG** (X) pada salah satu jawaban a, b, c, d, atau e yang anda anggap paling benar dan sesuai dengan pengetahuan anda.

1. Berikut ini bentuk tindakan kekerasan yang termasuk dalam KDRT yaitu?
  - a. Andi memukul temannya disekolah hingga memiliki memar.
  - b. Tina mencemooh seorang pedagag kaki lima di pasar didepan orang banyak.
  - c. Tito di ancam oleh ayahnya untuk tidak mengikuti kegiatan OSIS disekolah hingga menimbulkan stres.
  - d. Budi mengajak teman-teman sekelah untuk menjauhi Tito sehingga Tito tidak memiliki teman.
  - e. Tina merobek buku Andi karena tidak diperbolehkan melihat PR Andi.
2. Dibawah ini yang termasuk kekerasan secara fisik yaitu :
  - a. Ibu menyiramkan air panas kepada wajah Putri secara sengaja tanpa mengobatinya setelah itu.
  - b. Bela memarahi adiknya secara keras dan mengurung adiknya di kamar mandi setelah itu.
  - c. Ayah melaran Tono pergi ke sekolah dan mengancam tidak memberikan uang jajajn jika Tono memaksa pergi.
  - d. Ayah Tina meninggalkan Tina dan Ibunya selama 3 bulan tanpa memberikan nafkah.
  - e. Andi dipaksa oleh kakak laki-lakinya melihat gambar-gambar dewasa meskipun Andi sudah menolaknya.
3. Salah satu bentuk *coping skills* dimana peserta didik bersikap agresif dan berani untuk membela diri demi menghindari dan keluar

dari situasi tertekan karena masalah didalan keluarga disebut dengan?

- a. *Confrontative coping*
  - b. *Social support*
  - c. *Problem solving skills*
  - d. *Self control*
  - e. *Distancing*
4. Meminta dukungan orang lain seperti anggota keluarga lain, sahabt, guru, dan lembaga-lembaga perlindungan anak dan perempuan merupakan salah satu bentuk  *coping skills*  ?
- a. *Confrontative coping*
  - b. *Ditancing*
  - c. *Accepting responsibility*
  - d. *Social support*
  - e. *Avoidant*
5. Ketika berada dalam situasi KDRT sebagai korban ada baiknya memiliki buku catatan untuk mencatat waktu, tempat terjadinya kekerasan serta kronologi singkat dari kekerasan yang dialami. Hal ini termasuk dalam bentuk  *coping skills*  dalam menghadapi KDRT ?
- a. *Avoidant*
  - b. *Accepting responsibility*
  - c. *Confrontative coping*
  - d. *Problem solving skills*
  - e. *Self control*
6. Ketika korban KDRT mendapatkan perlakuan kekerasan baik secara fisik, emosional, seksual dan penelantaran rumah tangga ada baiknya untuk tidak bersikap gegabah dan menghadapinya dengan emosi yang memuncak. Bersikap tenang dan tidak menunjukkan kelemahan diri merupakan hal yang baik untuk

dilakukan. Sikap tenang dan menahan emosi termasuk dalam bentuk *coping skills* ?

- a. *Distancing*
- b. *Self control*
- c. *Accepting responsibility*
- d. *Positive reappraisal*
- e. *Confrontative coping*

7. Orang tua Andi tidak memberikan pendidikan yang layak untuk Andi. Ia dilarang untuk menempuh pendidikan di sekolah disekolah seperti teman-teman yang lain. Namun Andi tidak ingin terlarut dalam penderitaan yang terjadi, Andi berusaha terus mencari beasiswa untuk menempuh pendidikan meskipun tidak mendapatkan biaya sekolah dan uang jajan dari orang tua. Sikap yang Andi tunjukkan merupakan bentuk *coping skills* ?

- a. *Self control*
- b. *Positive reappraisal*
- c. *Distancing*
- d. *Accepting responsibility*
- e. *Problem solving skills*

8. "Saya berharga, saya tidak akan serendah seperti apa yang dikatakan, saya dapat berguna bagi diri sendiri dan orang lain", hal ini yang merupakan menjadi penyemangat Tina untuk memberikan penguatan-penguatan positif ketika direndahkan oleh saudara-saudaranya. Sikap yang dilakukan oleh Tina termasuk bentuk *coping skills* ?

- a. *Self control*
- b. *Distancing*
- c. *Positive reappraisal*
- d. *Accepting responsibility*

- e. *Avoidant*
9. Ketika Anggi dimarahin dan dibentak oleh ibunya karena memecahkan piring dirumah, Anggi tetap membantu ibu mengerjakan pekerjaan rumah dan memperbaiki kesalahan yang terjadi sebelumnya. Hal ini merupakan sikap bentuk *coping skills* ?
- Confrontative coping*
  - Self control*
  - Distancing*
  - Social support*
  - Accepting responsibility*
10. Suatu usaha yang berfokus untuk menghindari permasalahan dikeluarga dengan melakukan aktifitas di luar rumah tanpa memikirkan untuk berdamai dan menyelesaikan masalah merupakan bentuk *coping skills* ?
- Self control*
  - Social support*
  - Positive reappraisal*
  - Avoidant*
  - Problem solving skills*
11. Dibawah ini yang termasuk dalam bentuk *coping skills* dalam menghadapi KDRT antara lain:
- Tidak masuk sekolah untuk menghindari dimarahi guru matematika karena belum mengerjakan PR
  - Tidak mencuci area V setelah mendapat perlakuan pemerkosaan oleh salah satu anggota keluarga dan pergi kerumah sakit untuk melakukan *visum et repertum*.
  - Mendiskusikan permasalahan ketika terjadi kesalah pahaman dengan sahabat.

- d. Meminta maaf kepada tetangga karena telah memecahkan kaca dengan bola.
- e. Mendengarkan musik ketika sedang belajar untuk menjaga konsentrasi.

**LAMPIRAN 6 Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling**  
**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING**  
**(RPL BK)**

1. Komponen Layanan : Layanan Dasar
2. Bidang Layanan : Pribadi
3. Topik Layanan : *Coping Skills* dalam Menghadapi KDRT pada Anak
4. Fungsi Layanan : Fungsi Pemahaman
5. Tujuan Umum : Peserta didik mempelajari cara-cara menghindari konflik dengan orang lain.
6. Tujuan Khusus :
  - Peserta didik mampu menjelaskan pengertian KDRT dan *Coping skills*
  - Peserta didik mampu menyebutkan macam-macam KDRT dan bentuk-bentuk *coping skills* dalam menghadapi KDRT
  - Peserta didik mampu mencontohkan bentuk-bentuk *coping skills* dalam menghadapi KDRT
7. Sasaran layanan/semester : Kelas X / ganjil
8. Tempat : Ruang kelas
9. Materi :
  - a. Penjelasan ruang lingkup KDRT dan *coping skills*
  - b. Penjelasan mengenai bentuk-bentuk *coping skills* dalam menghadapi KDRT
10. Waktu : 2 jam pembelajaran (90 menit)
11. Sumber Materi :

Carlson, J., & Hatfield, E. (1992). *Psychology of Emotion*. Florida: Ted Buchholz.

Carr, A. (2006). *Family Therapy Concepts, Process, and Practice* (2nd Edition ed.). New York: John Wiley & Sons, Ltd.

Darity Jr, W. A. (2008). *International Encyclopedia of The Social Sciences* (Vol. Vol. 2nd). Detroit: Macmillan References USA.

Hanita, M., & dkk. (2016). *Buku Panduan Hak-Hak Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga*. Jakarta: Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A).

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing.

Nationa Society for The Prevention of Cruelty to Children, N. (2009, April). Child Protection Fact Sheet The Definitions and Signs of Child Abuse. *NSPCC Inform TThe Online Child Protection Resource* , 1-7.

Smert, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Grasindo.

Yunisa, N. (n.d.). *Undang-Undang R.I. No. 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)*. Jakarta: Permata PRes.

12. Penyelenggara layanan : Guru BK
13. Metode : *Brainstorming*, diskusi dan presentasi
14. Media / Alat : *Booklet*, Laptop, Proyektor, Instrumen

#### 15. Tahapan Kegiatan

##### a. Pertemuan Pertama

Tahap	Kegiatan	Waktu
Pembukaan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salam</li> <li>- Memeriksa daftar kehadiran siswa</li> <li>- Memperkenalkan materi yang akan disampaikan</li> </ul>	5menit

	- Menjelaskan tujuan dari pembelajaran	
Kegiatan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik dibagi menjadi 8 kelompok</li> <li>- Setiap kelompok dibagikan <i>booklet</i> bagian I dan bagian II</li> <li>- Setiap kelompok diberikan waktu untuk membaca <i>booklet</i> bagian I dan bagian II selama 20 menit</li> <li>- Peserta didik diminta untuk membuat peta ilustrasi mengenai bentuk <i>coping skills</i> dimana setiap kelompok memegang satu bentuk.</li> <li>- Guru BK bersama peserta didik menjelaskan secara singkat mengenai <i>booklet</i> bagian I dan bagian II</li> </ul>	35menit
Penutupan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memberikan kesimpulan dari materi yang telah disampaikan</li> <li>- Salam penutup atau berdoa</li> </ul>	5 menit

b. Pertemuan kedua

Tahap	Kegiatan	Waktu
Pembukaan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salam</li> <li>- Melakukan review mengenai materi sebelumnya</li> <li>- Peserta didik sudah duduk didalam kelompok</li> </ul>	2menit
Kegiatan	- Setiap kelompok melakukan demonstrasi bentuk <i>coping skills</i>	40menit

	masing-masing kelompok memiliki waktu 5 menit untuk melakukan demonstrasi.	
Penutupan	- Memberikan kesimpulan dari materi yang telah disampaikan - Salam penutup atau berdoa	3menit

## 16. Evaluasi

### a. Evaluasi Proses

Praktikan atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi :

- Melakukan Refleksi hasil, setiap peserta didik menuliskan dikertas yang sudah disiapkan.
- Mengamati sikap atau atusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan
- Mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya

Penilaian Proses Observasi di kelas dengan memberikan tanda (√)

No.	Indikator Yang Diamati	3	2	1
1.	Partisipasi peserta didik dengan bertanya			
2.	Peseta didik menyelesaikan diskusi tepat waktu.			
3.	Peserta didik aktif dalam sesi diskusi			
4.	Kemampuan dalam melakukan ilustrasi			

5.	Kemampuan dalam menyampaikan pendapat			
Jumlah				

Keterangan : A : Baik = Jumlah skor 8 - 12

B :Cukup = Jumlah skor 5– 7

C :Kurang = Jumlah skor 1 - 3

b. Penilaian Hasil :

Dilaksanakan setelah kegiatan pemberian layanan selesai dilaksanakan dengan cara peserta didik menjawab setiap pertanyaan yang diberikan oleh guru BK

c. Tindak Lanjut :

Memberikan layanan konseling individu atau kelompok bagi mereka yang bermasalah berkaitan dengan topik yang telah diselenggarakan

17. Catatan Khusus

2018

Mengetahui  
Guru Pamong

Reni Oktora Tarigan, S.Pd.  
Surya  
NIP. 197810112006042014  
1715143270

Dosen Pembimbing

Hilma Fitriyani  
NIDK. 8836150017

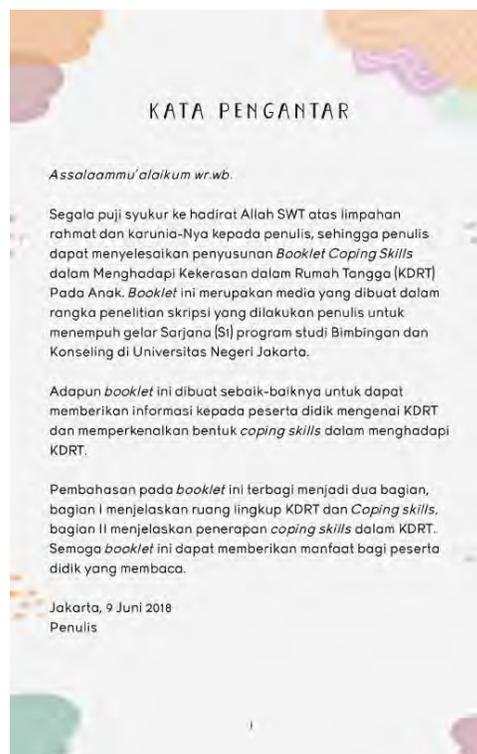
Jakarta, Agustus

Peneliti

Indri Septiyani

NRM

## LAMPIRAN 8 MEDIA BOOKLET BAGIAN I





Perbuatan KDRT ini merupakan perbuatan yang melanggar hukum dan dilakukan di dalam lingkup rumah tangga lah!

Yang dimaksud anggota keluarga adalah:



2



Nah, sekarang kamu sudah mengetahui apa itu KDRT dan siapa saja yang dapat terlibat didalam KDRT tersebut.

Di halaman selanjutnya kita akan semakin mendalam membahas mengenai KDRT dan *Coping Skills* di *booklet* bagian I ini.

Dalam pembahasan ini terdapat dua istilah yang akan kamu temui untuk mempermudah kamu membaca. Berikut adalah pengertiannya:

KORBAN	PELAKU
Diperuntukan bagi anggota keluarga yang menjadi korban didalam KDRT	Diperuntukan bagi anggota keluarga yang melakukan KDRT.

3

## MACAM-MACAM KDRT

Banyak orang yang hanya mengetahui dan memfokuskan diri pada kekerasan fisik yang memang lebih nampak terlihat.

Namun perlu diketahui terdapat 4 macam bentuk KDRT yang dapat merugikan anggota keluarga yang menjadi korban, antara lain:

**1 KEKERASAN FISIK**

Kekerasan fisik merupakan suatu bentuk kekerasan yang dilakukan oleh pelaku yang mengacu pada luka yang disengaja untuk melukai korban sehingga menimbulkan rasa sakit, jatuh sakit, atau luka berat yang dialami korban (Carr, 2006).



Bentuk kekerasan fisik yang dapat dilakukan oleh pelaku antara lain:

- Pelaku melakukan cubitan sehingga menimbulkan luka memar dan rasa trauma pada korban.
- Pelaku memukul baik dengan tangan kosong maupun menggunakan benda tumpul sehingga menimbulkan luka memar dan rasa trauma pada korban.
- Pelaku melakukan tendangan secara keras sehingga menimbulkan luka memar dan rasa trauma pada korban.



5

**d** Pelaku menusuk, menyakiti, melukai dengan menggunakan senjata tajam sehingga menimbulkan bekas luka, rasa trauma bahkan kematian pada korban.



**e** Pelaku mendorong dengan keras sehingga korban terjatuh atau bahkan terbentur sehingga menimbulkan memar dan luka pada tubuh serta rasa trauma pada korban.



**PERLU DIINGAT!!!**

SEGALA BENTUK KEKERASAN YANG DILAKUKAN OLEH PELAKU KEPADA KORBAN TIDAK DIPERBOLEHKAN MESKIPUN DENGAN ALASAN UNTUK MENDIDIKATAU CARA MENGASUH ANAK

6

**2** **KEKERASAN SECARA PSIKOLOGIS (EMOSIONAL)**

Mungkin banyak dari kita jarang menyadari bentuk kekerasan ini karena tidak terlalu terlihat secara langsung serta dampak yang ditimbulkan juga tidak terlihat secara langsung.



Kekerasan psikologis merupakan bentuk kekerasan yang mempermainkan emosi korban secara terus-menerus sehingga menimbulkan rasa tertekan yang mendalam.

Perilaku ini dilakukan secara terus menerus sehingga muncul rasa takut, hilangnya kepercayaan diri, takut untuk bertindak, rasa tidak berdaya, bahkan depresi pada korban (National Society for The Prevention of Cruelty to Children, 2009).

7

Bentuk kekerasan psikologis yang dapat dilakukan pelaku antara lain:

**a** Melakukan intimidasi kepada korban seperti membuat korban tertekan dan takut berada di rumah. Biasanya dilakukan dengan cara mengancam atau menakut-nakuti.

Contoh:  
"Awat jika kamu tidak mau nurut dengan mamah, mamah guyr kamu nanti!"



**b** Mengurung korban seharian dikamar tanpa memberikan makan dan minum sehingga korban merasa tidak berdaya dan tidak terpenuhinya asupan gizi. Setelah selesai mengurung, korban tidak diberikan makan dan dibiarkan begitu saja



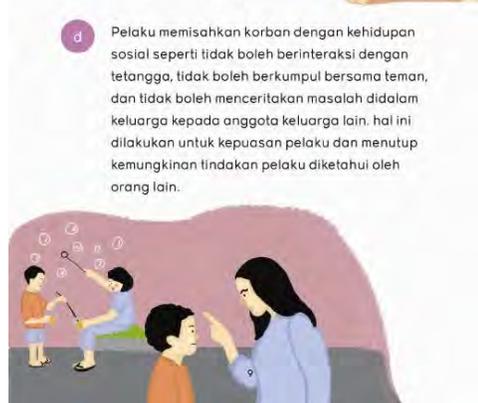
8

**c** Bersikap *over protective* sehingga membatasi segala kegiatan dan perilaku korban untuk kepentingan pribadi pelaku. Sehingga membuat korban tidak berani bertindak, hilangnya rasa kepercayaan diri bahkan depresi.

Contoh:  
Korban tidak diperbolehkan secara terus menerus mengikuti kegiatan yang dapat membantu mengembangkan diri karena pelaku takut korban menjadi berdaya dan melawannya.



**d** Pelaku memisahkan korban dengan kehidupan sosial seperti tidak boleh berinteraksi dengan tetangga, tidak boleh berkumpul bersama teman, dan tidak boleh menceritakan masalah didalam keluarga kepada anggota keluarga lain. hal ini dilakukan untuk kepuasan pelaku dan menutup kemungkinan tindakan pelaku diketahui oleh orang lain.



9

**e** Pelaku mencaci maki atau berkata kasar kepada korban dengan kalimat yang menjatuhkan korban secara terus-menerus ketika korban tidak melakukan kesalahan. Namun ketika korban melakukan kesalahan nada semakin tinggi saat mencaci maki.

Contoh:  
"Sialan kamu! Jadi anak guna dikit dong! Saya tinggalin juga kamu jadi gembel di jalanan!"



"Jadi anak gatau diuntung! Disuruh cuci piring aja kamu malah pecahin piring!"



10

**f** Pelaku menghina dengan tujuan menjatuhkan harga diri korban sehingga korban kehilangan kepercayaan diri dan merasa tidak berdaya di hadapan pelaku. Pada kasus yang sangat serius, korban yang dihina dapat mengalami depresi yang ringan hingga berat karena mendapatkan perlakuan seperti ini secara terus menerus.

Contoh:  
"Dasar anak sialan! Percuma saya sekolahin tinggi semua yang dikerjain pasti salah!"



"Kamu jadi anak bisanya apasih?! Masakan kayak sampah gini kamu kasih ke saya. Kamu belajar masak di tempat sampah?!"



11

**g** Bersikap kasar kepada korban sehingga membuat korban merasa takut, tidak berani berkomunikasi kepada pelaku, serta merasa tidak nyaman ketika berada di rumah dengan pelaku.



Pelaku membanting pintu di hadapan korban



Memecahkan barang dihadapan korban ketika bertengkar

**PERLU DIINGAT!!!**  
SEGALA BENTUK KEKERASAN YANG DILAKUKAN OLEH PELAKU KEPADA KORBAN TIDAK DIPERBOLEHKAN MESKIPUN DENGAN ALASAN UNTUK MENDIDIK ATAU CARA MENGASUH ANAK

12

**h** **KEKERASAN SEKSUAL**



Pernahkah kamu mendengar berita kasus pemerkosaan oleh anggota keluarga seperti ayah terhadap anak perempuannya? Atau seorang kakak terhadap adik laki-laki?

Jika kamu pernah mendengar berita tersebut, berarti kamu sudah pernah mendengar kekerasan seksual didalam KDRT. Kekerasan seksual merupakan perbuatan pemaksaan atau menarik anak/remaja untuk ikut serta dalam hubungan seksual bersama pelaku maupun orang lain yang pelaku minta.

Perbuatan ini termasuk kedalam menjerumuskan korban ke dalam pelacuran, baik korban mengetahui apa yang sedang terjadi maupun tidak mengetahui apa yang sedang terjadi (National Society for The Prevention of Cruelty to Children, 2009).

13

Tahukah kamu terdapat 2 bentuk kekerasan seksual yang dapat dilakukan oleh anggota keluarga, yaitu:

**a Intrusiveness**



Perbuatan yang memaksa korban untuk melihat tindakan atau aktifitas seksual yang dilakukan. Hal ini bisa melalui gambar, video, maupun secara langsung.

**b Frequency**



Pelaku melakukan pelecehan seksual kepada korban, dari satu periode (ringan) hingga pelecehan seksual yang bersifat kronis.

**PERLU DIINGAT!!!**  
 SEGALA BENTUK KEKERASAN YANG DILAKUKAN OLEH PELAKU KEPADA KORBAN TIDAK DIPERBOLEHKAN MESKIPUN DENGAN ALASAN UNTUK MENDIDIK ATAU CARA MENGASUH ANAK

14

**1 PENELANTARAN RUMAH TANGGA**

Penelantaran rumah tangga merupakan suatu perbuatan penelantaran yang biasanya dilakukan oleh kepala keluarga (ayah) atau anggota keluarga lain, sehingga tidak memberikan kehidupan, perawatan, atau pemeliharaan terhadap anggota keluarga (Yunisa, n.d.).



Penelantaran juga merupakan perbuatan pengendalian atau kekangan terhadap korban sehingga terbatas untuk melakukan kegiatan di dalam rumah dan di luar rumah, seperti bekerja atau menempuh pendidikan (Yunisa, n.d.).



15

**PENGERTIAN COPING SKILLS**



Pernahkah kamu mendengar istilah *coping skills*? Apakah kata ini terlihat asing bagimu?

Mungkin bagi sebagian dari kalian baru mendengar kata *coping skills* setelah membaca *booklet* ini.

Namun, perlu diketahui bahwa *coping skills* sering kita lakukan disaat kita mengalami masalah atau berada pada situasi tertekan.

Setelah membahas mengenai KDRT, sekarang kita akan membahas sedikit mengenai *coping skills*.

Penjelasan lebih mendalam akan kita bahas di *booklet* bagian II.

16

**Apa itu Coping Skills?**

*Coping skills* merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh individu dengan melibatkan kemampuan kognitif, perilaku, dan emosional secara terus menerus dalam kondisi sadar untuk mengelola tuntutan luar yang dinilai melelahkan sehingga menimbulkan stres dan perasaan tertekan pada individu (Lazarus & Folkman, 1984).



17

## APA ITU COPING SKILLS DALAM KDRT?

Ketika anak berada pada situasi yang tidak aman, diperlukan suatu usaha yang dapat membuat anak bertahan dari perasaan tertekan yang dihadapi sehingga mampu menyelesaikan permasalahan dengan cara yang tepat.

*Coping skills* terbagi menjadi 3, yaitu (Lazarus & Folkman, 1984):

### 1 *Problem Focused Coping*

Jenis *coping skills* yang berfokus untuk dapat mengatasi pusat atau sumber masalah yang terjadi (Darity Jr, 2008). Dalam hal ini yang kamu perhatikan bagaimana masalah bisa muncul dan apa yang bisa kamu lakukan untuk menyelesaikannya.

Terbagi menjadi:

#### a *Confrontative Coping*

Suatu usaha yang agresif berani mengambil resiko yang dilakukan oleh individu untuk dapat mengubah keadaan yang menimbulkan stres (Smert, 1994).



18

### b *Social Support*

Suatu usaha untuk mencari "Support System" atau teman baru yang dapat dipercaya sehingga mampu merubah kembali kehidupan individu yang berada dibawah tekanan (Carlson & Hatfield, 1992).



### c *Problem Solving Skill*

Kemampuan untuk mencari informasi, melakukan analisis situasi, sehingga menciptakan tindakan alternatif, mempertimbangkan setiap tindakan demi mendapatkan tindakan yang tepat untuk dapat menyelesaikan masalah (Carlson & Hatfield, 1992).



19

### 2 *Emotional Focused Coping*

Jenis *coping skills* yang berfokus untuk mengurangi intensitas emosi yang menyusahkan karena situasi stres yang dialami sehingga individu dapat merasa lebih tenang (Darity Jr, 2008).

Terbagi menjadi:

#### a *Self Control*

Suatu usaha yang dilakukan oleh individu untuk dapat mengelola perasaan tertekan ketika sedang menghadapi situasi yang menimbulkan stres (Smert, 1994).



#### b *Distancing*



Suatu usaha yang dilakukan individu untuk tidak melibatkan diri dalam permasalahan atau keadaan tertekan (Smert, 1994).

20

### c *Positive Reappraisal*

Suatu usaha yang dilakukan individu untuk dapat mencari sisi positif dari setiap permasalahan yang terjadi (Smert, 1994).



### d *Accepting Responsibility*

Suatu usaha untuk tetap menyadari tanggung jawab diri ditengah situasi tertekan yang terjadi, sehingga mampu membuat keadaan menjadi lebih baik (Smert, 1994).



21

3 **Avoidant Focused Coping**

Jenis coping skills yang befokus pada penghindaran masalah. Biasanya individu melakukan penghindaran dengan cara melakukan aktifitas lain agar terhindar dari keadaan serta pikiran yang menimbulkan stres dan tertekan.



Namun perlu diketahui bahwa jenis coping skills *Emotional Focused Coping* dan *Avoidant Focused Coping* ini tidak dapat menyelesaikan masalah. Individu hanya akan merasa tenang untuk sementara waktu namun tidak akan bertahan lama ketika permasalahan muncul kembali. Oleh karena itu individu perlu memiliki kemampuan *Problem Focused Coping* yang baik untuk dapat membantu individu keluar dari permasalahan dan situasi tertekan yang dialami.

22

YUK, LANJUT KE *BOOKLET*  
BAGIAN II



23

DAFTAR PUSTAKA

Carlson, J., & Hatfield, E. [1992]. *Psychology of Emotion*. Florida: Ted Buchholz.

Carr, A. [2006]. *Family Therapy Concepts, Process, and Practice* (2nd Edition ed.). New York: John Wiley & Sons, Ltd.

Darity Jr, W. A. [2008]. *International Encyclopedia of The Social Sciences* (Vol. Vol. 2nd). Detroit: Macmillan References USA.

Hanita, M., & dkk. [2016]. *Buku Panduan Hak-Hak Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga*. Jakarta: Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A).

Lazarus, R. S., & Folkman, S. [1984]. *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing.

National Society for The Prevention of Cruelty to Children, N. [2009, April]. Child Protection Fact Sheet The Definitions and Signs of Child Abuse. *NSPCC Inform The Online Child Protection Resource*, 1-7.

Smerit, B. [1994]. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Grasindo.

Yunisa, N. [n.d.]. *Undang-Undang R.I. No. 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)*. Jakarta: Permata Press.

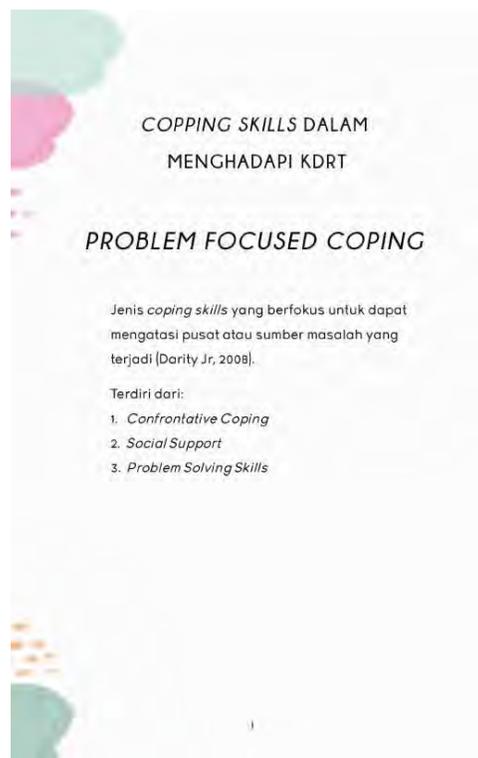
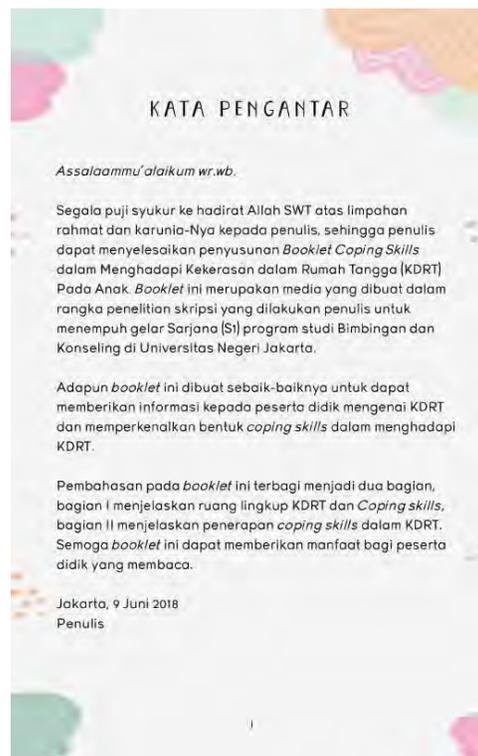
24

Kekerasan dalam rumah tangga atau yang disingkat KDRT merupakan suatu perbuatan yang menyakiti seseorang terutama perempuan, sehingga menimbulkan penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, atau emosional dan penelantaran rumah tangga.

*Coping Skills* merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh individu dengan melibatkan kemampuan kognitif, perilaku, dan emosional secara terus menerus dalam kondisi sadar untuk mengelola tuntutan luar yang dinilai melelahkan.

*Booklet* Bagian I ini merupakan pengantar mengenai penjelasan secara umum mengenai KDRT dan *Coping skills*. Diharapkan pada bagian I ini pembaca dapat membaca *booklet* ini dengan cermat sehingga memudahkan pembaca untuk melanjutkan membaca di *booklet* bagian II.

## LAMPIRAN 9 MEDIA BOOKLET BAGIAN II



## PROBLEM FOCUSED COPING

### 1 Confrontative Coping

#### a Kekerasan Fisik

Ketika kamu menjadi korban KDRT, kamu memiliki hak untuk dapat melakukan perlawanan ketika pelaku mencoba untuk melukai dirimu. Yaitu dengan cara:



1. Menghindar ketika pelaku hendak menyakitimu dengan cara menahan pelaku dan segera pergi menjauh dari pelaku.

2. Berani berbicara kepada pelaku untuk menghentikan perbuatan tersebut.

Contoh:

"Stop ayah! Aku ini anak ayah, tidak pantasnya ayah menyakitiku."



2

#### b Kekerasan Psikologis

Pada kasus kekerasan psikologis, kamu harus memiliki keberanian untuk mengkritik dengan sopan ketika pelaku berkata kasar dan melakukan ancaman.

Contoh:

Ketika seorang ibu berkata kasar kepada anaknya, anak berhak untuk mengkritik namun menggunakan bahasa yang sopan.



Ibu : "Dasar anak durhaka, tidak tau diri, saya nggak akan anggap kamu sebagai anak lagi!"

Anak : "Bu, kenapa ibu berkata seperti itu? Jika ibu berkata lebih baik padaku mungkin aku lebih tau apa yang harus aku perbaiki."

3

#### c Kekerasan Seksual

Ketika kamu menjadi korban kekerasan seksual, berani melindungi diri merupakan kunci utama kamu dapat selamat dari tindakan tersebut.

Kamu harus berani menolak dan melakukan perlawanan ketika dipaksa untuk melihat dan/atau melakukan hal yang bersifat seksual oleh pelaku.



- Menghindari pelaku dengan pergi melarikan diri ke kamar atau tempat aman lainnya.

Jika pelaku memaksa, lakukan pembelaan diri dengan menggigit tangan atau menendang untuk melepaskan diri dan segera lari ke tempat aman.



4

#### d Penelantaran Rumah Tangga

Sebagai anggota keluarga kamu berhak untuk mendapatkan perlindungan, pengasuhan serta kemerdekaan. Berani mengambil keputusan dan menuntut hak untuk dapat terpenuhinya kebutuhan, perawatan, dan kehidupan yang layak didalam keluarga merupakan tindakan konfrontatif yang bisa dilakukan.

Contoh:



- Berani meminta hak untuk dapat bekerja dan/atau menempuh pendidikan.

Berani meminta hak ekonomi demi terpenuhinya kebutuhan jasmani.



5

**2 Social Support**

**a Kekerasan Fisik**

Pada saat kamu mengalami kekerasan fisik, kamu berhak meminta pertolongan kepada orang lain untuk dapat memberikan semangat, mengobati, serta menolong kamu keluar dari situasi kekerasan fisik yang dialami.

Kamu dapat meminta pertolongan kepada:



1. Anggota keluarga lain



2. Guru BK



3. Lembaga-lembaga Perlindungan Anak dan Perempuan  
(Lihat dibagian lampiran)



4. Dokter



5. Polisi



6. Sahabat

6

**b Kekerasan Psikologis**

Kekerasan psikologis merupakan kekerasan yang tidak nampak secara fisik, namun sangat membekas di hati dan pikiran kamu jika menjadi korban.

Dalam hal ini, menceritakan apa yang terjadi merupakan cara yang tepat bagi kamu, agar kamu mendapatkan dukungan secara moril dan dapat membangkitkan semangat serta kepercayaan diri kamu yang sempat terganggu karena perkataan dan sikap pelaku.



Kamu dapat menceritakannya kepada psikolog atau guru BK dan lembaga-lembaga perlindungan anak dan perempuan

7

**c Kekerasan Seksual**

Ketika kamu menjadi korban kekerasan seksual oleh keluarga sendiri. Kamu tidak perlu merasa takut untuk melaporkan kejadian ini.



Saat kamu sudah melihat atau merasakan adanya tanda-tanda kekerasan seksual yang akan dilakukan, seperti mencoba memegang daerah intim, memperlihatkan gambar seksual. Kamu harus segera melaporkannya kepada:



1. Anggota keluarga lain



2. Guru BK



3. Lembaga-lembaga Perlindungan Anak dan Perempuan  
(Lihat dibagian lampiran)

8

**d Penelantaran Rumah Tangga**

Ketika penelantaran sudah terjadi lebih dari 1 bulan lamanya dan menimbulkan kesengsaraan bagi korban dan keuntungan bagi pelaku. Maka kamu sebagai korban berhak untuk melaporkan ini kepada :



1. Anggota keluarga lain



2. Lembaga-lembaga Perlindungan Anak dan Perempuan  
(Lihat dibagian lampiran)



3. Guru BK

Jika kamu sebagai anak melihat ayah kamu tidak memberikan nafkah 3 bulan lamanya, ibu kamu berhak mengajukan hal ini ke pengadilan agama untuk menggugat ayahmu.



9

3 **Problem Solving Skills**

a **Kekerasan Fisik**

Ketika kamu menjadi korban kekerasan fisik, ada baiknya kamu melaporkan hal itu sebelum keadaan semakin parah.

Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan sebelum melaporkan hal tersebut, antara lain:

1. Mengumpulkan informasi dan bukti-bukti yang dapat menunjukkan tindak kekerasan fisik yang dialami.

Foto segera bekas kekerasan fisik yang ada pada tubuhmu. Pergi ke puskesmas atau rumah sakit yang bekerjasama dengan dinas kesehatan untuk melakukan *visum et repertum* secara gratis untuk kamu.

10

2. Memiliki buku catatan juga penting untuk kamu. Jika kekerasan terjadi segera catat waktu dan tempat terjadinya, sertakan kronologi singkat mengenai kejadian tersebut.

3. Melaporkan kepada anggota keluarga dengan tujuan untuk mendiskusikan secara kekeluargaan.

4. Jika musyawarah kekeluargaan tidak berhasil, laporkan kejadian tersebut ke lembaga-lembaga perlindungan anak dan perempuan, lembaga bantuan hukum dan mengikuti prosedur yang dibutuhkan untuk menyelesaikan permasalahan tersebut.

11

b **Kekerasan Psikologis**

Sebagai korban kekerasan psikologis, kamu tentu sering mendapatkan perkataan dan perbuatan yang menyinggung hati dan emosi kamu. Hal ini tentu berdampak pada rasa kepercayaan diri kamu.

Dalam hal ini, penyelesaian masalah yang dapat dilakukan adalah dengan mempertahankan kepercayaan diri kamu serta membuat pelaku berhenti menjerumuskan diri kamu lagi.

I'M NOT AFRAID. I AM STRONG.

1. Kuatkan diri kamu untuk tidak terpengaruh apa yang pelaku katakan. Ingat, setiap orang punya hal berharga pada dirimu.

12

2. Kenali diri kamu sehingga kamu tidak terpengaruh perkataan pelaku.

Hal yang baik jika kamu menuliskan hal-hal positif pada dirimu. Jika kamu sulit melakukannya, ingatlah hal-hal baik yang pernah kamu lakukan pada orang lain.

Jika kamu merasa tidak pernah melakukannya, maka lakukanlah hal-hal baik itu sekarang agar kamu yakin bahwa dirimu tidak seburuk yang dikatakan oleh pelaku.

3. Jika kamu masih tidak yakin dengan diri kamu, konsultasikan masalahmu ke sahabat untuk meminta pendapatnya.

13

4. Jika berkonsultasi dengan sahabat dirasa kurang membantu, kamu dapat berkonsultasi dengan guru BK atau psikolog.



5. Ketika pelaku dirasa melakukan kekerasan psikologis secara berlebihan kamu dapat melaporkan ke lembaga-lembaga perlindungan dengan membawa bukti-bukti hasil konsultasi dengan psikolog atau guru BK.



14

### c Kekerasan Seksual

Kekerasan seksual dalam KDRT merupakan bentuk kekerasan yang paling sensitif bagi individu.

Segala bentuk kekerasan seksual baik yang bersifat sedang hingga kronis harus segera dilaporkan kepada pihak berwajib karena sangat merugikan bagi korban.



1. Hindari diri dari segala aktifitas yang dapat membuat kamu berdua saja dengan pelaku.



2. Jika pelaku mencoba untuk menyentuh bagian intim dan memperlihatkan gambar-gambar seksual kepada kamu, segera pergi dan laporkan kepada anggota keluarga lain.

15

3. Jika kamu sudah mendapatkan perlakuan pemerkosaan, jangan mencuci daerah V untuk perempuan dan daerah P untuk laki-laki karena itu akan dibutuhkan sebagai bukti. Segera laporkan kepada anggota keluarga lain yang dapat membantu kamu untuk pergi ke dokter dan melakukan visum.



4. Jangan buang pakaian dalam, pakaian yang kamu kenakan saat kejadian, dan bukti-bukti lain misalnya seprai. Karena hal itu akan menjadi barang bukti untuk melaporkan pelaku.

5. Laporkan pelaku ke lembaga-lembaga perlindungan anak dan perempuan dengan menyerahkan semua bukti yang telah disiapkan. Barang bukti tidak boleh lebih dari 9 bulan dari waktu melaporkan (Yunisa, n.d.).



16

### d Penelantaran Rumah Tangga

Ketika kamu menjadi korban penelantaran didalam keluarga, kamu dapat menyelesaikannya dengan melakukan beberapa cara sebagai berikut:

1. Melakukan musyawarah secara kekeluargaan dengan pelaku. Membicarakan apa hak yang diinginkan oleh korban. Misalnya hak untuk mendapatkan kebutuhan ekonomi.



2. Jika musyawarah berdua tidak memberikan hasil, ajak anggota keluarga lain untuk menjadi penengah didalam musyawarah.



3. Jika hasil musyawarah secara bersama tidak memberikan hasil juga dan pelaku masih tidak mau memberikan apa yang korban butuhkan. Kamu bisa melaporkan kejadian ini ke lembaga-lembaga perlindungan.

17

## COPPING SKILLS DALAM MENGHADAPI KDRT

### EMOTIONAL FOCUSED COPING

Jenis *coping skills* yang berfokus untuk mengurangi intensitas emosi yang menyusahkan karena situasi stres yang dialami sehingga individu dapat merasa lebih tenang (Darity Jr, 2008).

Terdiri dari:

1. *Self Control*
2. *Distancing*
3. *Positive Reappraisal*
4. *Accepting Responsibility*

18

### EMOTIONAL FOCUSED COPING

#### 1. *Self Control*

##### a. Kekerasan Fisik

Ketika kamu mendapatkan perlakuan kekerasan fisik berusaha untuk menahan diri dan emosi kamu agar tidak membuat pelaku semakin bernafsu menyakiti kamu secara fisik. Hal yang harus kamu lakukan adalah:



1. Usahakan diri untuk tidak menangis.
2. Tidak memberontak dengan amarah yang tinggi.



3. Tidak melakukan hal yang diluar kendali sehingga merugikan diri sendiri, seperti bunuh diri dan menyakiti pelaku.

19

##### b. Kekerasan Psikologis

Berusaha untuk tidak membalas perbuatan atau perkataan yang dilakukan oleh pelaku. Berusaha untuk mengontrol rasa amarah dan rasa sedih dan berusaha untuk tidak menangis di depan pelaku. Hal ini dapat dilakukan dengan cara:

1. Ketika menerima perkataan atau perbuatan kasar oleh pelaku, tenangkan diri dengan berusaha mengatur nafas. Hal ini dapat membantu menstabilkan emosi.
2. Jika kamu hendak mengkritik atau membela diri, lakukan dengan wajar seperti yang telah dijelaskan di bagian *problem solving skills*.



3. Menjauhi diri dari segala aktifitas yang dapat memicu pelaku bersikap kasar kembali.

20

##### c. Kekerasan Seksual

Berusaha tetap tenang dan jangan bertindak gegabah yang dapat membuat pelaku semakin berani memaksa untuk melakukan hal-hal yang tidak pantas.



Jika bertemu dengan pelaku ada baiknya dengan tenang dan perlahan menghindar dan menjauh dari pelaku.



Ketika kamu dipaksa untuk melakukan hubungan seksual dengan pelaku, jangan pernah menangis dan terlihat lemah oleh pelaku, karena hal itu hanya akan memicu hawa nafsu pelaku untuk semakin melakukan tindakan tersebut.

21

#### d Penelantaran Rumah Tangga

Sebelum menuntut apa yang menjadi hak sebagai anggota keluarga di dalam rumah tangga. Lebih baik untuk berbicara secara tenang dari hati ke hati.



Mencoba untuk tidak gegabah dan berusaha untuk menahan diri ketika perselisihan terjadi.



22

#### 2 Distancing

##### a Kekerasan Fisik

Memberikan jarak terhadap situasi-situasi yang dapat menimbulkan salah satu anggota keluarga melakukan kekerasan fisik.

Demi keamanan diri ada baiknya anak untuk memberikan jarak untuk tidak banyak berkomunikasi kepada pelaku kekerasan fisik.

1. Ketika pelaku sedang berada pada emosi yang tinggi, usahakan untuk pergi dan membiarkan pelaku meredakan emosinya.



2. Ketika berada dirumah bersama pelaku ada baiknya untuk berdiam diri di kamar atau mengajak teman untuk menemani.



23

#### b Kekerasan Psikologis

Sebagai korban kekerasan psikologis tentu kamu sering mendapatkan perkataan-perkataan dan perbuatan yang membuat kamu tertekan.

Ada baiknya kamu memberikan jarak antara kamu dengan pelaku agar kamu terhindar dari tekanan-tekanan emosional.



Setelah pelaku melontarkan perkataan-perkataan yang membuat kamu tidak berdaya dan tertekan kamu lebih baik pergi menjauh untuk menenangkan hati kamu.

24

#### c Kekerasan Seksual

Ketika kamu menjadi korban kekerasan seksual agar diri kamu tetap aman ketika kamu menjalani proses untuk melaporkan pelaku, kamu perlu memberi jarak terhadap pelaku dan jangan membiarkan diri berada di situasi yang hanya berdua dengan pelaku.



Jika kamu berada di rumah jangan membiarkan dalam keadaan hanya berdua dengan pelaku, sebaiknya memanggil teman, berada di kamar dengan pintu dan jendela terkunci serta meminta anggota keluarga lain untuk menemani, atau ikut bersama dengan keluarga lain pergi.



25

#### d Penelantaran Rumah Tangga

Jika penelantaran sudah terjadi, berani untuk mengambil keputusan dalam memisahkan antara urusan keluarga dengan kehidupan pribadi agar tetap bisa bertahan.



Yaitu dengan tetap bertahan hidup meskipun tidak mendapatkan kebutuhan ekonomi, tetap bekerja dan menempuh pendidikan meskipun dilarang.



Berusaha untuk bisa bersikap mandiri, namun tetap meminta hak dan kemerdekaan sebagai individu

26

#### 3 Positive Reappraisal

##### a Kekerasan Fisik

Selalu berusaha berfikir positif atas apa yang terjadi. Seperti menanamkan nilai bahwa kekerasan fisik merupakan tindakan yang tidak pantas untuk dilakukan terhadap anggota keluarga, dan anggota keluarga harus saling menyayangi dan mengasihi.



Menjaga diri agar terhindar dari kekerasan yang terjadi seperti tidak membuat hal-hal yang memicu kemarahan pelaku.

##### b Kekerasan Psikologis



Tetap optimis dan menanamkan nilai positif terhadap diri, seperti "Saya berharga, saya tidak serendah seperti apa yang dikatakan, saya dapat berguna bagi diri sendiri dan orang lain"

27

#### c Kekerasan Seksual



Kamu harus menanamkan nilai untuk tetap menjaga kehormatan diri dan tidak memperbolehkan siapapun merusaknya termasuk anggota keluarga.

Jika tindakan kekerasan seksual terjadi, jauhkan diri dari pikiran-pikiran negatif atas tindakan yang diterima dan jangan memberikan kesempatan kepada pelaku untuk mengulangi perbuatan itu kembali.



Kamu tidak bersalah, kamu adalah korban dari kejahatan pelaku. Jangan takut dengan ide buruk tentang keperawanan, jika ada yang mencemoah kamu karena anggapan kamu tidak perawan, orang itu adalah orang yang buruk dan kamu punya hak dan kesempatan bertemu dengan orang yang lebih baik dalam hidupmu.

28

#### d Penelantaran Rumah Tangga

Kamu harus menanamkan nilai bahwa setiap anggota keluarga harus saling melindungi dan bekerjasama dalam mencukupi kebutuhan.



Tetap berusaha mencukupi diri disaat menuntut hak sebagai anggota keluarga. Jangan menunjukkan diri kepada pelaku bahwa kamu lemah dan tidak berdaya, karena hal itu hanya membuat pelaku semakin puas untuk menelantarkan kamu.



29

**4 Accepting Responsibility**

**a Kekerasan Fisik**

Tetap menjalankan kewajiban sebagai individu seperti pergi ke sekolah, bekerja, membereskan rumah.

Namun tetap berusaha untuk membuat keadaan menjadi lebih baik seperti pergi ke dokter, konsultasi kepada konselor atau guru BK, dan melaporkan ke lembaga-lembaga berwenang.



**b Kekerasan Psikologis**

Berusaha tetap tenang dan tetap berusaha untuk memperbaiki diri menjadi lebih baik untuk membuktikan bahwa semua penghinaan dan perkataan kasar tidak pantas di terima.



30

**c Kekerasan Seksual**

Bertanggung jawab untuk terus menjaga diri dan kehormatan diri dengan tidak membiarkan pelaku atau siapapun melakukan kekerasan seksual kembali.



Berusaha untuk tetap dapat mengontrol diri dan belajar menjaga diri agar terhindar dari perbuatan yang merugikan seperti tidak terlarut dalam kesedihan sehingga melakukan bunuh diri atau melukai pelaku.

**d Penelantaran Rumah Tangga**

Tetap bertanggung jawab untuk menjaga diri dan bertahan dari kesengsaraan karena penelantaran seperti tetap mencukupi kebutuhan. Namun tetap berusaha mendapatkan apa yang menjadi haknya didalam keluarga



31

**COPPING SKILLS DALAM MENGHADAPI KDRT**

**AVOIDANT FOCUSED COPING**

Jenis *coping skills* yang berfokus pada penghindaran masalah dengan melakukan aktifitas lain agar terhindar dari keadaan serta pikiran yang menimbulkan stres dan tertekan (Darity Jr, 2008).

32

**AVOIDANCE FOCUSED COPING**

**a Kekerasan Fisik**

Kamu dengan sengaja memperbanyak kegiatan di sekolah atau bermain bersama teman sehingga terhindar dari kekerasan fisik yang dilakukan oleh anggota keluarga.



**b Kekerasan Psikologis**

Kamu menyibukkan diri bergaul dengan orang-orang yang dapat memberikan pengaruh positif dan menghindari diri dari rumah atau keadaan yang membuat diri merasa tertekan dengan perkataan kasar, ancaman serta penghinaan yang diberikan oleh anggota keluarga.



33

**c Kekerasan Seksual**

Menghindari diri berada di rumah dan lebih banyak melakukan kegiatan di luar rumah seperti kegiatan di sekolah dan bermain bersama teman. Berusaha untuk tidak berada di posisi yang berduka dengan pelaku.



**d Penelantaran Rumah Tangga**

Berusaha tetap menikmati dan melakukan kegiatan sehari-hari di rumah, dan menyibukkan diri terhadap segala aktifitas.



34

**SSST!**



Perlu diingat bahwa *Avoidance Focused Coping* merupakan bentuk *coping skills* yang hanya membuat tenang sesaat, namun masalah yang dihadapi tetap ada. Otomatis sewaktu-waktu kamu akan tetap berada disituasi tertekan dan stres.

Segala bentuk KDRT yang terjadi baik itu secara fisik, psikologis, seksual, dan penelantaran bukanlah perbuatan yang pantas dilakukan dan tidak ada alasan apapun yang membenarkan perbuatan tersebut.

Sebagai individu yakinlah bahwa kamu berharga dan bisa menjaga diri kamu untuk keluar dari situasi tertekan dan stres yang ditimbulkan dari KDRT serta melaporkan segala bentuk KDRT yang kamu lihat dan kamu alami di dalam keluarga.



35

**LEMBAGA-LEMBAGA YANG MENANGANI KASUS KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA (KDRT)**

- Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI)**  
 Jl. Teuku Umar No. 12, Gondangdia, Menteng  
 DKI Jakarta  
 (021) 31901556
- Pusat Pemberdayaan Terpadu Perlindungan Perempuan dan Anak (P2TP2A)**  
 Jl. Raya Bekasi Timur KM. 18, Pulo Gadung,  
 DKI Jakarta  
 (021) 47882898
- Lembaga Perlindungan Saksi dan Korban (LPSK)**  
 Jl. Raya Bogor KM. 24, No. 47-49 RT 006/001,  
 Susukan, Ciracas, DKI Jakarta  
 (021) 29681560
- Lembaga Perlindungan Anak Indonesia (LPAI)**  
 Jl. Salemba Raya No. 28 RT 5/6, Senen, DKI Jakarta
- Perhimpunan Bantuan Hukum dan HAM Indonesia (PBHI)**  
 Komp. Perkantoran Mitra Matraman Blok A2/18,  
 Matraman Raya no 128, DKI Jakarta.  
 (021) 85928064 / (021) 8519675

36

- LBH-Apik**  
 Jl. Tengah Raya No. 13 RT.1/ RW.9, Kp. Tengah,  
 Kramat Jati, Jakarta Timur, DKI Jakarta 13520  
 (021) 87797289
- Pusat Pelayanan Khusus (PPK) POLRI**  
 Berada di Polres, beberapa Polsek dan Polda.  
 Di unit ini polisi yang menerima pengaduan sudah dilatih untuk menangani kekerasan terhadap perempuan dan anak.

37

RUMAH SAKIT DAN PUSKESMAS YANG BEKERJASAMA DENGAN DINAS KESEHATAN UNTUK MEMFASILITASI KORBAN KDRT MELAKUKAN VISUM ET REPERTUM SECARA GRATIS

- JAKARTA TIMUR**  
RSUP PERSAHABATAN  
📍 Jl. Persahabatan Raya Kel. Pisangan Timur, Kec. Pulo Gadung, Jakarta 13230  
☎️ (021) 489 1708 / (021) 489 0696
- JAKARTA UTARA**  
RS INFEKSI SULIANTI SAROSO  
📍 Jl. Baru Sunter Permai Raya Kel. Papanggo, Kec. Tanjung Priok  
☎️ (021) 650 6559 / (021) 650 6567
- JAKARTA BARAT**  
RSAB HARAPAN KITA  
📍 Jl. Letjen S. Parman Kav. 87 Kel. Kota Bambu Utara, Kec. Pal Merah  
☎️ (021) 780 5415 / (021) 780 5296
- JAKARTA SELATAN**  
RS FATMAWATI  
📍 Jl. RS. Fatmawati Kel. Cilandak Barat, Kec. Cilandak  
☎️ (021) 766 0552 / (021) 750 1524

38

- JAKARTA PUSAT**  
RS CIPTO MANGUNKUSUMO (PKT RSCM)  
📍 Jl. Diponegoro No. 71 Kel. Kenari, Kec. Senen  
☎️ (021) 3193 0808  
  
RS TNI ANGKATAN LAUT DR. MINTOHARDJO  
📍 Jl. Bendungan Hilir No. 17 A RT.4/RW.3. Bendungan Hilir, Tanah Abang, Jakarta Pusat, DKI Jakarta 10210  
☎️ (021) 5703081
- PUSKESMAS**  
📍 Puskesmas di setiap kecamatan di Jakarta.

Informasi diatas hanya sebagian dari rumah sakit yang terdaftar, untuk informasi lebih lanjut mengenai rumah sakit dan alamat puskesmas dapat mengunjungi website lembaga Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A) dibawah ini:

[www.p2tp2a-dki.id](http://www.p2tp2a-dki.id)

39

## DAFTAR PUSTAKA

Carlson, J., & Hatfield, E. (1992). *Psychology of Emotion*. Florida: Ted Buchholz.

Carr, A. (2006). *Family Therapy Concepts, Process, and Practice* [2nd Edition ed.]. New York: John Wiley & Sons, Ltd.

Darity Jr, W. A. (2008). *International Encyclopedia of The Social Sciences* (Vol. 2nd). Detroit: Macmillan References USA.

Hanita, M., & dkk. (2016). *Buku Panduan Hak-Hak Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga*. Jakarta: Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A).

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing.

National Society for The Prevention of Cruelty to Children, N. (2009, April). Child Protection Fact Sheet The Definitions and Signs of Child Abuse. *NSPCC Inform The Online Child Protection Resource*, 1-7.

Smert, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Grasindo.

Yunisa, N. (n.d.). *Undang-Undang R.I. No. 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)*. Jakarta: Permata Press.

40

*Coping Skills* dalam menghadapi KDRT merupakan suatu usaha untuk bertahan dari perasaan tertekan sehingga mampu menyelesaikan permasalahan dengan cara yang tepat. Setelah pembaca selesai membaca *booklet* bagian I, kini pembaca dapat melanjutkan ke *booklet* bagian II. Pada *booklet* ini pembaca akan mendapatkan informasi mengenai bentuk-bentuk *coping skills* yang dapat dilakukan ketika menghadapi KDRT.