BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kasus kekerasan pada anak di Indonesia menjadi isu yang harus terus diperhatikan. Sepanjang tahun 2015-2016, kasus meningkat lebih dari tiga kali lipat. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (2017) menghimpun data dari pelaporan Sistem Informasi *Online* Perlindungan Perempuan dan Anak (SIMFONI-PPA), kasus kekerasan terhadap anak yang dilaporkan pada tahun 2015 tercatat sebanyak 1975 kasus dan meningkat menjadi 6.820 kasus pada 2016. Korban didominasi oleh anak usia 13-17 tahun, dengan jenis kekerasan terbesar yaitu kekerasan emosional 96,22 persen yang dialami anak perempuan dan 86,65 persen oleh anak laki-laki (Pinandhita, 2020).

Kasus kekerasan pada anak masih terbilang tinggi pada awal tahun 2020 yang juga terjadi pada saat pandemi Covid-19, Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (Kementerian PPPA) setidaknya mencatat 4.116 kasus kekerasan pada anak pada periode 1 Januari hingga 31 Juli 2020 (Kamil, 2020).

Dalam lingkup global, fenomena ini seolah telah menjadi pandemi sosial yang masih belum dapat diatasi. Berdasarkan data dari Official Journal of The American Academy of Pediatcrics (2016) lebih dari 50 persen anak-anak berusia 2-17 tahun di dunia mengalami kekerasan fisik, seksual, emosional, dan pelantaran di kawasan Afrika, Asia, Amerika Utara, dan Australia. Dalam permasalahan ini, Asia menempati posisi pertama urutan kasus kekerasan pada anak di dunia dengan jumlah kasus 1.116.627.158.

Kekerasan emosional pada anak merupakan pola perilaku pengasuh yang berulang atau kejadian-kejadian ekstrem yang melibatkan penyampaian kepada anak-anak bahwa mereka tidak

berharga, cacat, tidak dicintai, tidak diinginkan, atau hanya berharga dengan syarat tertentu. “Kata-kata bisa memukul sekeras tinju” slogan popular itu adalah benar adanya. Gestur, nada suara, cara berbicara, frekuensi, dan intensitas ini dalam konteks hubungan yang buruk akan menyampaikan pesan negatif tentang betapa seorang anak tidak diinginkan dan tak berharga. (Iwaniec, 2006). Maka, kekerasan emosional patut dianggap sebagai bentuk kekerasan yang paling menyakitkan dan yang paling merugikan bagi penghargaan diri (Engel, 2001).

Sulitnya mengukur dan melihat langsung dampak kekerasan emosional, membuat fenomena ini tidak mendapat perhatian khusus, (Jantz & McMurray, 2003). Padahal, hampir semua orang yang mengalami bentuk peristiwa traumatis atas kekerasan atau pelecehan di masa lalu (baik anak-anak, remaja, dan orang dewasa) selalu merujuk pada luka emosional dan rasa sakit psikologisnya sebelum menyebutkan rasa sakit fisik ketika diteror atau disiksa oleh orang terdekatnya (Iwaniec, 2006).

Kekerasan emosional merampas rasa aman seseorang. Segala sesuatu harus terkendali. Tidak ada momen yang tidak dijaga, setiap orang dan setiap hal harus diawasi, segala sesuatu harus direncanakan dan diantisipasi (Jantz & McMurray, 2003). Korban kekerasan emosional memiliki kesulitan dalam mempercayai orang lain dan perasaannya sendiri. Selain terlalu waspada, mereka juga belajar untuk mengatasi perasaan dengan menolak apa yang sebenarnya mereka rasakan. Bass dan Davis dalam (Baker & Wigram, 2005).

Dalam jurnal dampak kekerasan domestik dan pelecehan emosional pada anak, melalui teori pembelajaran sosial Graham Bermenn & Hughes (1998) menjelaskan bahwa anak korban kekerasan domestik memiliki kecenderungan untuk belajar bahwa satu-satunya cara untuk hidup berdampingan dengan orang lain adalah dengan tunduk, menyalahkan diri sendiri, atau menyerah saat menghadapi kesulitan. Hal-hal tersebut terprogram ke dalam repertoar anak yang

membuatnya memiliki konsep diri yang buruk, mempengaruhi perkembangan psikologis awal dengan efek yang besar pada perkembangan dan fungsi mereka sebagai orang dewasa (Thomson & Kaplan, 1996).

Kekerasan emosional yang dialami remaja pada masa pengasuhan menciptakan dampak dan masalah yang kompleks (Johnson, et al., 2002). Iwaniec (2006) membagi dampak tersebut dalam 3 domain. Yaitu kesehatan mental dan interpersonal, masalah kognitif, akademis, juga masalah perilaku serta hubungan sosial. Salah satu bentuk kompleksitas dampak dari kekerasan emosional juga turut mempengaruhi kenakalan remaja seperti penggunaan obat-obatan terlarang, perilaku seks bebas, ketergantungan alkohol tindak kriminal yang berujung pada pengembalian mereka pada orang tua (Krohn & Lane, 2015).

Serangkaian peristiwa negatif yang dialami korban kekerasan emosional menimbulkan penumpukkan emosi yang menyebabkan timbulnya berbagai perasaan negatif pada diri remaja seperti kecemasan yang berlebihan, depresi, putus asa, harga diri yang rendah, ketakutan yang turut berpengaruh pada kurangnya keterampilan social (Yearwood , Pearson, & Newland, 2012).

Penumpukkan emosi negatif atas pengalaman traumatis tidak dapat diurai dengan mudah. Seseorang yang hidup dengan bayang-bayang pengalaman menyakitkan atau traumatis memerlukan media atau tindakan untuk memproses pengalamannya. Maka, intervensi atas dampak kekerasan emosional perlu dilakukan untuk meminimalisir kompleksitas masalah yang dihasilkan . Salah satu media yang tepat digunakan untuk membantu intervensi tersebut sangat dekat keseharian kita.

Media suara sangat dekat dengan kehidupan manusia. Nyaris semua orang mendengarkan musik. Tidak dibatasi rentang usia, status ekonomi dan budaya. Penggunaan musik sebagai intervensi sangat sesuai dengan sifat proses konseling. Menurut Gladding (2016),

konseling adalah proses kreatif. Dalam mencapai tujuannya, konselor membantu konseli membuat pilihan dan perubahan yang sesuai dengan perkembangannya. Konselor yang efektif menyadari sifat multidimensi profesi dan dapat memilih dari berbagai macam intervensi dengan populasi yang beragam. Dalam hal ini, remaja adalah populasi yang sangat tepat untuk diberi intervensi melalui musik. Keterkaitan antara musik dan emosi telah banyak dibahas dalam penelitian-penelitian terdahulu.

Duffey dalam Gladding (2016) menjelaskan bahwa musik dapat memfasilitasi ekspresi emosi dan mengurangi stres sehingga mampu membantu seseorang menceritakan kisahnya dan memproses pengalamannya. Musik menimbulkan berbagai respons mental, emosional, fisik, dan spiritual. Dengan demikian, musik melayani berbagai tujuan dalam membantu individu menjadi lebih sadar, berdaya, dan percaya diri (Gladding, 2016).

Wilayah otak yang diaktifkan oleh emosi yang ditimbulkan saat mendengarkan musik serupa dengan yang dirasakan oleh wilayah yang diaktifkan oleh kesenangan intens seperti seks, makanan, dan obat-obatan Blood, Zatorre, Meon dan Levetin dalam Glowinksi & Camurri (2011). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa musik memiliki kapasitas untuk memfasilitasi penyembuhan dengan memengaruhi aktivitas otak dan menciptakan serta mengubah suasana hati Schweitzer dalam Gladding (2016, p. 24).

Dalam terapi musik, suara berfungsi sebagai simbol dari suatu gejala atau peristiwa (Gladding, 2016) musik merupakan bahasa nonverbal karena kemampuannya dalam mengakui atau menyampaikan sebuah emosi atau disebut dengan istilah *recognition of emotion.* Penelitian yang dilakukan oleh (Balkwill, Thompson, & Matsugana, 2004) yang berjudul *"Recognition of emotion in Japanese, Western, and Hindustani music by Japanese listeners"* menjelaskan bahwa pendengar Jepang juga mampu menilai ekspresi kegembiraan, kemarahan dan kesedihan dalam musik Jepang, Barat, dan Hindustan.

Pendengar peka terhadap emosi yang dimaksudkan dalam musik dari ketiga budaya tersebut. Kepekaan seseorang terhadap musik dikaitkan dengan persepsi isyarat akustik (persepsi kognitif dari musik), bukan melalui suatu budaya. Maka dari itu, media ini bersifat universal. Mayoritas penelitian telah berfokus pada bagaimana pendengar mempersepsikan emosi yang diekspresikan dalam musik dan pada hubungan dengan emosi yang dirasakan (Glowinksi & Camurri, 2011). Musik bisa menjadi alat yang sangat ampuh dalam terapi karena kemampuannya untuk mengakses reaksi fisiologis, psikologis, dan kognitif secara bersamaan (Lehrer, Woolfolk, & Wesley, 2007).

Pengalaman musikal dapat digunakan untuk memfokuskan keadaan mental konseli di masa kini serta memfasilitasi relaksasi atau pengelolaan emosi negatif. Musik sebagai terapeutik memiliki fokus pada kebutuhan individu. Teknik psikomusik dianggap sebagai cara yang tepat dan istimewa untuk mengeksplorasi mimpi dan gagasan; alam sadar dan tidak sadar, serta dunia afektif dan emosional individu.

Berkaitan dengan pernyataan tersebut, seseorang yang mengalami kekerasan emosional memerlukan upaya untuk mengeksternalisasikan emosi negatifnya. Hal tersebut sesuai dengan peran musik yaitu dapat memprovokasi katarsis. Owens dalam Gladding (2016).

Selain bersifat universal, musik juga bersifat fleksibel. Fleksibilitas terapi musik memungkinkan perancangan terapi yang disesuaikan dengan kebutuhan konseli. Individu yang mengalami depresi perlu secara aktif terlibat dalam pembuatan musik, sementara bagi yang lainnya mendengarkan musik dapat menjadi hal yang paling bermanfaat misalnya untuk seseorang yang mengalami kecemasan atau adiksi (Gladding, 2016).

Penelitian eksperimental dilakukan oleh Situmorang (2017), Prasetyo, Bakar & Nurbaity (2018) , Elliasafitri (2020) yang menguji penggunaan terapi musik untuk meredakan kecemasan akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, mengurangi tingkat

stress akademik, dan mengurangi kejenuhan belajar siswa. Ketiga penelitian tersebut menunjukkan hasil yang positif, dengan kata lain terapi musik dapat digunakan sebagai intervensi sesuai dengan isu terkait. Disamping itu, penelitian mengenai pengembangan rancangan media terapi musik dalam layanan konseling berbasis website juga pernah dilakukan oleh Akib (2020)

Secara lebih spesifik, berbagai penelitian terdahulu turut membuktikan efektifitas penggunaan terapi musik untuk isu kekerasan. Penelitian Amir (2004) *"Giving Trauma a Voice: The Role of Improvisational Music Therapy in Exposing, Dealing with and Healing a Traumatic Experience of Sexual Abuse"* ; Robarts (2006) *"Music Therapy with Sexually Abused Children"* dan Thompson (2007) *"Improvised Stories in Music Therapy with a Child Experiencing Abuse"* ; Levell (2019) *"Those songs were the ones that made me,nobody asked me this question before" -- Music Elicitation with ex-gang involved men about their experiences of childhood domestic violence and abuse* dan Roberts (2006) *" i want to play and sing my story" : Home-Based Songwriting For Bereaved Children and Adolesence*. Mengingat isu kekerasan merupakan isu yang sensitif penelitian-penelitian tersebut menekankan pada fungsi musik sebagai alat elisitasi yang sangat menunjang efektivitas proses konseling. Selain itu, melalui terapi musik konseli diberi kesempatan untuk mengekspresikan emosi mereka dan memverbalisasikan hal yang sulit diungkapkan. Melalui musik, seseorang dapat melakukannya secara metaforis.

Penelitian ini bertempat di SMKN 2 Cibinong yang memiliki kejuruan musik. Pemberian intervensi konseling kelompok dinilai relevan dengan karakteristik populasi penelitian. Pelayanan ini tidak hanya akan membantu siswa mengeksplorasi keterampilan bermusiknya tetapi juga diri mereka sendiri. Berdasarkan latar belakang masalah yang dipaparkan dan temuan permasalahan yang ada di lapangan, peneliti berpendapat bahwa dampak kekerasan emosional

pada remaja dinilai tepat untuk diintervensi menggunakan media musik. Layanan tersebut akan sangat menarik dan efektif bagi remaja.

Melalui wawancara dengan guru BK, peneliti mengkonfirmasi bahwa isu permasalahan umum yang terjadi di SMKN 2 Cibinong merupakan permasalahan yang berasal dari keluarga atau isu domestik. Mengingat di sekolah tersebut didominasi oleh kelas sosial menengah kebawah. Pengabaian yang dilakukan pengasuh kerap dikeluhkan oleh siswa. Selain itu, rendahnya motivasi belajar dan kenakalan remaja diprediksi menjadi wujud atau dampak adanya permasalahan internal di keluarga. Selain itu, tingginya isu kekerasan ini diperoleh melalui beberapa laporan siswa mengenai permasalahan dalam keluarganya.

Terbatasnya fasilitas dalam melakukan intervensi spesifik khususnya isu kekerasan emosional di SMKN 2 Cibinong membuat peneliti tergugah untuk meneliti gambaran pengembangan buku panduan terapi musik kelompok untuk mengurangi dampak kekerasan emosional pada remaja sebagai media perencanaan konseling. Loroño dalam (Torres, Martínez, Juárez-Ramos, & Garcia, 2016) menjelaskan bahwa pedoman terapi musik sangat disarankan untuk digunakan di bidang relasional, ekperiensial atau terapi musik khusus yang ditujukan untuk konseli dengan isu tertentu. Perencanaan konseling dibuat untuk memudahkan konselor dalam menentukan pendekatan yang sesuai dengan permasalahan, menentukan tujuan konseling, dan membuat kegiatan yang akan dilakukan selama proses konseling . Perencanaan konseling berguna untuk melihat kemungkinan keberhasilan kegiatan konseling (Hutchinson & Casper, 2008).

Orang-orang yang terdampak masalah relasional memiliki permasalahan dalam relasi sosialnya *(misstrust)*. Jika mereka ditempatkan di situasi sosial maka akan mempelajari keterampilan baru. Oleh karena itu, peneliti menilai jika intervensi ini tepat dilakukan dalam pengaturan konseling kelompok. Konseling kelompok menekankan penemuan sumber kekuatan internal, maka cenderung berorientasi

pada pertumbuhan karena para anggota mungkin menghadapi krisis dalam hidupnya. Melalui kelompok, anggota dapat memberikan, menerima empati, dan dukungan yang diperlukan untuk menciptakan suasana kepercayaan dengan mengeksplorasi permasalahan terkait. Anggota kelompok dibantu untuk mengembangkan keterampilannya dalam menghadapi masalah interpersonal sehingga mereka lebih mampu menangani masalah yang serupa di masa depan (Corey, 2016).

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan, maka permasalahan yang dapat diidentifkasi yaitu “bagaimana bentuk panduan terapi musik kelompok untuk mengurangi dampak kekerasan emosional pada remaja?"

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dipaparkan, terdapat pengaruh pembuatan perencanaan konseling dalam keberhasilan pelaksanaan proses konseling. Oleh karena itu, peneliti menyusun perencanaan *Music Therapy* sebagai salah satu bentuk intervensi untuk mengurangi dampak kekerasan emosional pada remaja.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini ialah “bagaimana pengembangan panduan terapi musik kelompok untuk mengurangi dampak kekerasan emosional pada remaja?”

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis manfaat dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan baru dalam bidang bimbingan dan konseling, khususnya mengenai pemberian intervensi dengan *music therapy* terhadap individu yang terdampak kekerasan emosional.

2. Manfaat Praktis
   a. Bagi Peneliti

      Memperluas pengetahuan mengenai manfaat dari musik dan kaitannya dengan ilmu pengetahuan lain, khususnya pengaplikasian musik atau terapi musik dalam bidang ilmu bimbingan dan konseling.

   b. Bagi Mahasiswa

      Sebagai referensi untuk menambah ilmu pengetahuan dan proses pembelajaran keilmuan dalam bidang bimbingan dan konseling.

   c. Bagi Program Studi Bimbingan dan Konseling

      Menambah referensi baru sebagai data kepustakaan mengenai panduan perencanaan *Music Therapy.*

   d. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

      Menjadi referensi guru BK untuk menemukan intervensi yang tepat sesuai dengan karakteristik peserta didik dalam permasalahan kekerasan emosional. Selain itu, dapat menjadi fasilitas guru BK dalam meningkatkan profesionalitas dan kreativitas.