

Keefektifan konseling REBT teknik *Emotional Control Card* untuk mereduksi stress Wanita korban KDRT

Hilda Risma Alfachroini, Ulvina Rachmawati, M. Iqbal Tawakkal.

¹ SMA PGRI Kanor, Bojonegoro

hildarisma2021@gmail.com

² Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta

ulvinarachmawati@uny.ac.id

³ Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri,

Bojonegoro

miqbal.tawakkal@unugiri.ac.id

Kata Kunci / Keywords	Abstrak / Abstract
Stress, Konseling, <i>Emotional Control Card</i>	Abstract ditulis dalam Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia, tidak lebih Korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) terbanyak dialami oleh wanita. Akibat kekerasan verbal maupun non-verbal yang terjadi selama KDRT, wanita menjadi lebih rentan mengalami stress daripada laki-laki. Penelitian ini ditujukan untuk menguji keefektifitasan dari konseling <i>rational emotive behavior therapy</i> dengan teknik <i>emotional control card</i> dalam mereduksi stress pada wanita korban KDRT. Penelitian subjek tunggal ini menggunakan desain A-B-A yang mengukur target perilaku secara berulang dengan jumlah subjek sebanyak dua konseli. Pengumpulan data melalui observasi wawancara, dan skala stress sedangkan analisis data menggunakan teknik analisis grafik visual. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan stress dan gejala stress kondisi awal (A1) dan kondisi akhir (A2). Maka dapat disimpulkan konseling <i>rational emotive behavior therapy</i> dengan teknik <i>emotional control card</i> efektif mereduksi stress pada wanita korban KDRT. Selain itu, konseling tersebut juga efektif untuk menurunkan gejala fisiologis, gejala emosional, gejala tingkah laku, dan gejala kognitif.pada korban KDRT
Stress, Counseling, <i>Emotional Control Card</i>	<i>Most victims of domestic violence (DV) are women. Due to the verbal and non-verbal violence that occurs during DV, women become more susceptible to stress compared to men. This study aims to examine the effectiveness of rational emotive behavior counseling with the emotional control card technique in reducing stress in women victims of DV. This single-subject study uses an A-B-A design that repeatedly measures target behaviors with two counseling subjects. Data collection was done through interviews, observations, and stress scales, while data analysis used visual graph analysis techniques. The results of the study showed a decrease in stress and stress symptoms from the initial condition (A1) to the final condition (A2). Thus, it can be concluded rational emotive behavior counseling with the emotional control card technique is effective in reducing stress in women victims of DV. Additionally, the counseling was also effective in reducing physiological symptoms, emotional symptoms, behavioral symptoms, and cognitive symptoms in DV victims</i>

PENDAHULUAN

Kekerasan dalam rumah tangga merupakan masalah klasik yang melanggar hak asasi manusia dan terjadi di seluruh dunia. Kekerasan dalam rumah tangga dapat terjadi pada siapa saja dan dimana saja tanpa memandang status sosial-ekonomi ataupun budaya seseorang (Meilinda and Indreswati 2023; Ramadhani and Nelly 2021). Dalam beberapa studi menyebutkan bahwa kasus kekerasan dalam rumah tangga dalam setiap tahunnya cenderung meningkat (Alimi and Nurwati 2021; Rahmatiah et al. 2022). Data Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak hingga bulan Oktober 2022 terdapat 18.261 kasus kekerasan dalam rumah tangga yang terjadi di Indonesia (Meilinda and Indreswati 2023). Peningkatan kasus kekerasan dalam rumah tangga juga terjadi di Kabupaten Bojonegoro, Dinas P3AKB menyebutkan sebanyak 35 kasus kekerasan dalam rumah tangga di tahun 2022 sementara pada tahun 2021 hanya 15 kasus.

Berbagai kasus kekerasan rumah tangga, wanita masih menjadi korban yang paling sering menjadi korban kekerasan dalam rumah tangga. Seorang wanita memiliki resiko enam kali lebih besar dalam mengalami kekerasan rumah tangga daripada laki-laki (Ramadhani and Nelly 2021). Data Kementerian PPPA pada tahun 2022 menyatakan bahwa 79,5% korban kekerasan dalam rumah tangga adalah perempuan. Serta data Komnas Perempuan pada tahun 2020 yang menyatakan sebanyak 59% korban kekerasan rumah tangga adalah istri.

Bentuk kekerasan dalam rumah tangga yang dialami oleh wanita sangatlah beragam. Dalam beberapa kasus kekerasan dalam rumah tangga, wanita mengalami kekerasan fisik, kekerasan psikis, kekerasan seksual, dan penelantaran ekonomi (Aryati 2019; Meilinda and Indreswati 2023; Nisa and Rahmita 2019).s Kekerasan fisik dan kekerasan seksual merupakan kekerasan dalam rumah tangga yang paling sering dialami oleh wanita (Nurwanti et al. 2022). Berdasarkan data Komnas Perempuan menyebutkan kekerasan dalam rumah tangga sebanyak 43% adalah kekerasan fisik, 25% kekerasan seksual, 19% kekerasan psikis, dan 13% kekerasan ekonomi (Kartikasari and Nashori 2022).

Faktor yang menyebabkan kekerasan dalam rumah tangga juga sangat bervariasi, diantaranya factor ekonomi, factor sosial, factor psikologis, faktor kecemburuan, factor rendahnya pemahaman atas undang-undang kekerasan dalam rumah tangga, dan lain sebagainya (Alimi and Nurwati 2021; Rahmi and Suryaningsi 2022; Sugiono 2022). Pandemi covid 19 juga turut memicu adanya pelampiasan emosi dan kesalahan terhadap pasangannya karena kehilangan pekerjaan (Novita, Dewi, and Samosir 2021; Sugiono 2022). Adanya pandangan tradisional terkait dengan masalah keluarga yang tidak boleh dicampuri oleh pihak lain juga mendorong normalisasi atas kekerasan yang dilakukan laki-laki pada wanita (Alimi and Nurwati 2021; Meilinda and Indreswati 2023; Nurwanti et al. 2022). Dalam berbagai kasus, wanita masih menjadi sosok yang disalahkan ketika suaminya melakukan kekerasan (Nurwanti et al. 2022).

Kekerasan dalam rumah tangga yang dialami wanita menimbulkan dampak negative pada kondisi fisik maupun psikis wanita korban kekerasan rumah tangga. Secara fisik, wanita menjadi lebih mudah sakit dan mengalami penurunan kesehatan bahkan dalam beberapa kasus, wanita mengalami kecacatan akibat kekerasan yang dialaminya (Dewi 2020; Nurwanti et al. 2022; Ramadhani and Nelly 2021). Secara psikis, wanita menjadi stress akibat kekerasan dalam rumah tangga yang dialaminya (Meilinda and Indreswati 2023). Stress yang berlebihan akan mendorong wanita korban kekerasan dalam rumah tangga mengalami depresi, tidak berdaya dengan situasi kekerasan yang terjadi padanya, hingga akhirnya muncul keinginan untuk bunuh diri (Dewi 2020; Nurwanti et al. 2022; Ramadhani and Nelly 2021).

Sebuah studi menyatakan bahwa sebanyak 16% wanita korban kekerasan dalam rumah tangga memiliki tingkat stress yang sangat berat (Kusristanti, Triman, and Putri 2021). PPPA

Kabupaten Bojonegoro menyatakan bahwa 50% korban kekerasan dalam rumah tangga mengalami tekanan emosional dan mental. Tingkat stress yang tinggi pada wanita korban kekerasan dalam rumah tangga dikarenakan mereka tidak berdaya dalam mengatasi situasi kekerasan yang terjadi padanya (Nur and Mugi 2021).

Stress yang tinggi ditunjukkan dengan adanya penurunan pada kondisi fisik, kondisi emosional, kondisi kognitif, dan perilaku maladaptive (Lazarus and Folkman 1984). Penurunan kondisi fisik ditandai dengan berkurangnya nafsu makan, gangguan tidur, gangguan fungsi tubuh, dan gangguan pencernaan (Ginting and Hutasoit 2022; Kartikasari and Nashori 2022; Meilinda and Indreswati 2023; Ramadhan and Oktariani 2022). Penurunan emosional ditandai dengan adanya kecemasan, depresi, dan penurunan rasa percaya diri dan harga diri (Meilinda and Indreswati 2023; Ramadhan and Oktariani 2022). Penurunan kondisi kognitif menyebabkan wanita korban kekerasan rumah tangga menjadi tidak berdaya dengan situasi kekerasan yang terjadi padanya akhirnya muncul keinginan untuk bunuh diri (Dewi 2020; Nurwanti et al. 2022; Ramadhani and Nelly 2021). Korban menjadi kesulitan untuk memikirkan solusi untuk keluar dari situasi kekerasan yang dialaminya dan memilih pasrah dengan kondisinya saat ini. Perilaku pasrah dan bunuh diri merupakan bentuk perilaku maladaptive yang dilakukan oleh korban kekerasan dalam rumah tangga (Dewi 2020; Nurwanti et al. 2022; Ramadhani and Nelly 2021).

Stress pada korban kekerasan dalam rumah tangga dapat dikurangi apabila wanita mendapatkan layanan psikologis yang memadai. Pendampingan, perawatan fisik pada korban, hingga layanan psikologis juga dapat diberikan pada korban kekerasan dalam rumah tangga (Dewi 2020). Sayangnya, PPPA Kabupaten Bojonegoro belum memberikan pelayanan yang memadai kepada para korban kekerasan dalam rumah tangga. Hal ini dikarenakan tenaga ahli di PPPA Kabupaten Bojonegoro belum memiliki keterampilan dalam memberikan layanan psikologis.

Penelitian ini ditujukan untuk menguji keefektifitasan konseling *rational emotive behavior therapy* dengan teknik *emotional control card* dalam mengurangi stress pada wanita korban kekerasan dalam rumah tangga. Melalui konseling *rational emotive behavior therapy* dengan teknik *emotional control card*, korban akan diarahkan untuk mengubah pemikiran irrational yang muncul ke pemikiran yang rasional melalui pengendalian emosi yang dirasakan korban atas kekerasan dalam rumah tangga yang dialaminya. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah konseling *rational emotive behavior therapy* dengan teknik *emotional control card* efektif dalam mengurangi stress pada wanita korban kekerasan dalam rumah tangga.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis pendekatan *single subject research* (SSR). Adapun desain yang digunakan adalah A-B-A yang mengukur target perilaku secara berulang dalam jangka waktu tertentu. Dalam desain A-B-A, responden akan diukur secara terus-menerus dalam kondisi awal (A1), kemudian diberi intervensi (B), dan terakhir diukur lagi dalam kondisi akhir (A2). Populasi yang digunakan adalah wanita yang menjadi korban kekerasan dalam rumah tangga se-kabupaten Bojonegoro. Sedangkan teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling dengan kriteria wanita yang mengalami stress akibat kekerasan dalam rumah tangga. Dalam penelitian ini terdapat dua subjek yang dilibatkan yaitu responden 1 dan responden 2. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi wawancara, observasi, dan skala stress. Ketiga instrumen telah diuji validitas menggunakan uji validitas ahli dan uji keabsahan data menggunakan teknik triangulasi instrumen yaitu data wawancara, data observasi, dan data skala stress. Analisis data yang digunakan adalah teknik analisis grafik visual.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui bahwa responden 1 memiliki tingkat stress tinggi dengan prosentase sebanyak 86%, sedangkan responden 2 memiliki tingkat stress sedang dengan prosentase sebanyak 73%. Data pada Tabel 1 ini merupakan data responden dalam kondisi awal (A1). Tingkat stress yang tinggi pada korban kekerasan dalam rumah tangga ditemukan dalam berbagai studi (Meilinda and Indreswati 2023; Ramadhani and Nelly 2021).

Tabel 1. Tingkat Stress pada Konseli

Responden	Kategori	Prosentase
Responden 1	Tinggi	86%
Responden 2	Sedang	73%

Stress yang tinggi pada korban kekerasan dalam rumah tangga ditandai dengan gejala fisiologis, gejala emosional, gejala kognitif, dan gejala perilaku (Lazarus and Folkman 1984). Tabel 2 menunjukkan bahwa gejala fisiologis merupakan gejala yang paling banyak dialami oleh responden 1 (60%) maupun responden 2 (50%). Gejala fisiologis merupakan gejala stress yang ditandai dengan berkurangnya nafsu makan, gangguan tidur, gangguan fungsi tubuh, dan gangguan pencernaan (Ginting and Hutasoit 2022; Kartikasari and Nashori 2022; Meilinda and Indreswati 2023; Ramadhan and Oktariani 2022). Gejala terbanyak yang dirasakan adalah gejala perilaku dimana responden 1 memiliki prosentase sebesar 14% dan responden 2 dengan 12%. Gejala perilaku umumnya ditandai dengan munculnya perilaku maladaptive atau perilaku yang tidak produktif pasca mengalami kekerasan dalam rumah tangga. Perilaku pasrah dan bunuh diri merupakan bentuk perilaku maladaptive yang dilakukan oleh korban kekerasan dalam rumah tangga (Dewi 2020; Nurwanti et al. 2022; Ramadhani and Nelly 2021).

Tabel 2. Kondisi Awal Gejala Fisik, Emosional, Perilaku, dan Kognitif

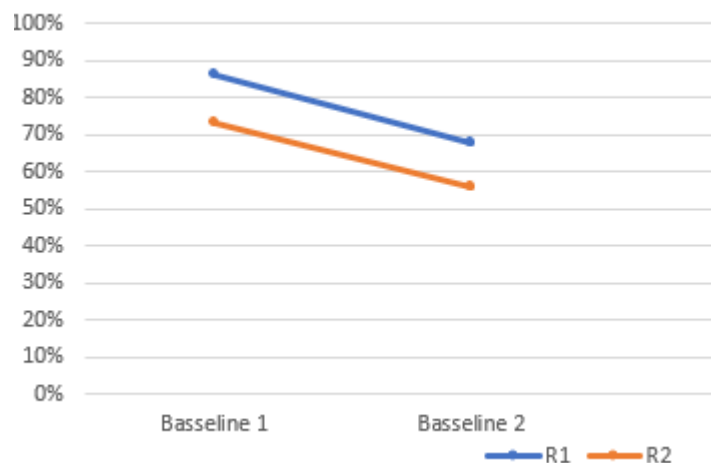
Gejala	Prosentase	
	Responden 1	Responden 2
Fisiologis	60%	50%
Emosional	10%	8%
Perilaku	14%	12%
Kognitif	8%	8%

Gejala berikutnya adalah gejala emosional dimana responden 1 memiliki prosentase sebanyak 10% dan responden 2 sebanyak 8%. Korban kekerasan dalam rumah tangga yang merasa stress memiliki tingkat cemas, depresi, merasa dirinya tidak berharga, dan kepercayaan dirinya dalam menghadapi situasi atau lingkungan menjadi rendah (Meilinda and Indreswati 2023; Ramadhan and Oktariani 2022). Terakhir responden akan merasa dirinya tidak berdaya ketika mengalami kekerasan, mereka cenderung sulit untuk memikirkan solusi untuk menghindari kekerasan (Dewi 2020; Nurwanti et al. 2022; Ramadhani and Nelly 2021). Hal ini terjadi tak lain dikarenakan adanya pandangan tradisional di masyarakat dalam menormalisasikan kekerasan yang dilakukan laki-laki pada wanita (Alimi and Nurwati 2021; Meilinda and Indreswati 2023; Nurwanti et al. 2022). Wanita juga sering disalahkan ketika suaminya melakukan kekerasan sekalipun suaminya yang melakukan kesalahan (Nurwanti et al. 2022).

Setelah diketahui kondisi awal (A1) berikutnya dilakukan tahap intervensi (B) dimana peneliti memberikan konseling *rational emotive behavior therapy* dengan teknik *emotional control card*. Intervensi dilakukan kepada kedua responden menggunakan jenis layanan

konseling individual selama 8 pertemuan. Setiap pertemuan memiliki waktu konseling kurang lebih 1-2 jam untuk setiap respondennya sedangkan tempat pelaksanaan konseling dilakukan di rumah masing-masing responden. Dalam setiap pertemuan, peneliti memberikan kartu yang berisi perasaan positif dan perasaan negative yang saling berkaitan dengan stress. Kemudian responden diminta untuk memilih berdasarkan sifat perasaan yang tertulis di kartu serta memilih satu kartu yang sesuai dengan kondisinya. Selanjutnya responden dan peneliti akan membahas mengenai kartu yang dipilih oleh responden sampai pada bagaimana cara mengatasi perasaan negative atau perasaan positif sesuai dengan kartu yang dipilih. Setelah 8 pertemuan, peneliti kemudian memberikan skala stress kepada responden 1 dan responden 2 untuk mengetahui kondisi akhir (A2).

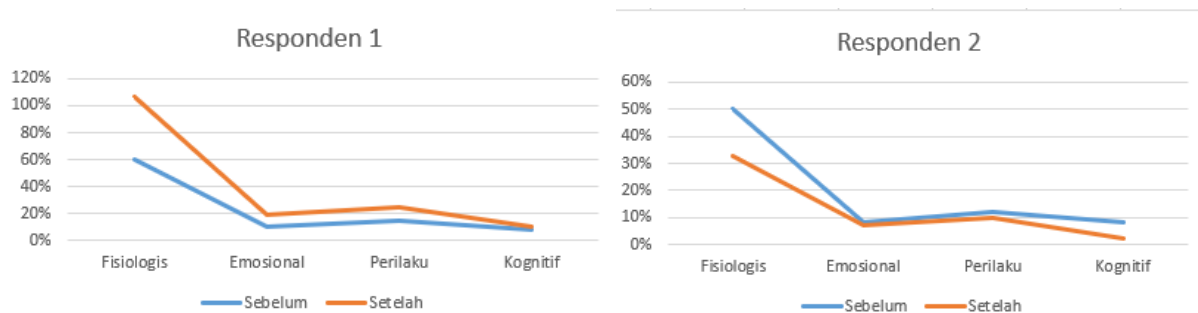
Gambar 1 menunjukkan perubahan tingkat stress pada responden 1 dan responden 2 di kondisi awal (A1) dan kondisi akhir (A2). Perubahan arah pada kondisi awal (A1) dan kondisi akhir (A2) pada kedua responden menunjukkan bahwa tingkat stress pada kedua responden menurun setelah diberikan konseling *rational emotive behavior therapy* dengan teknik *emotional control card*. Tingkat stress responden 1 diawal berada di tingkat tinggi dengan prosentase 86% menurun di tingkat sedang dengan prosentase 68% pada kondisi akhir. Sedangkan pada responden 2, tingkat stress pada kondisi awal dan kondisi akhir tetaplah sama yaitu sedang tetapi prosentasenya berkurang dari 73% ke 56%. Hasil ini membuktikan bahwa konseling *rational emotive behavior therapy* dengan teknik *emotional control card* efektif dalam mengurangi stress pada korban kekerasan dalam rumah tangga. Hasil ini senada dengan temuan studi sebelumnya, dimana konseling *rational emotive behavior therapy* mampu menurunkan kecemasan dan self-injury (Aristia, Halida, and Putri 2024; Izati, Hambali, and Chusniyah 2023).



Gambar 1. Grafik Skor Stress pada Kondisi Awal (A1) dan Kondisi Akhir (A2)

Keefektifitasan konseling *rational emotive behavior therapy* telah dibuktikan dalam berbagai studi untuk meningkatkan berbagai aspek psikologis seperti kepercayaan diri, empati, motivasi, *self-management*, dan lain sebagainya (Rahmawati 2022; Rosmawati, Alam, and Salmiati 2020; Sartika et al. 2022; Wati and Afandi 2021). Penggunaan teknik *emotional control card* dalam konseling *rational emotive behavior therapy* akan membantu individu untuk mengembangkan keterampilan berpikir rational dan problem solving (Izati et al. 2023). Melalui kartu perasaan yang dipilih, korban kekerasan dalam rumah tangga akan mampu menceritakan perasaan yang dialami secara leluasa dan menyadari dampaknya terhadap kesehariannya. *Emotional control card* juga membuat individu memahami pikiran

irrasionalnya serta mengubah pikiran irrasional tersebut ke pikiran yang lebih rasional (Aristia et al. 2024; Izati et al. 2023).



Gambar 2. Grafik Gejala Fisiologis, Gejala Emotional, Gejala Kognitif, dan Gejala Perilaku pada Responden 1 dan Responden 2

Konseling ini juga mampu menurunkan gejala stress yang muncul akibat dari kekerasan dalam rumah tangga yang dialami oleh responden. Gambar 2 menunjukkan tingkat gejala fisiologis, gejala emotional, gejala kognitif, dan gejala perilaku pada kedua responden sebelum dan setelah pemberian konseling. Gejala fisiologis, gejala emotional, gejala kognitif, dan gejala perilaku setelah diberikan konseling lebih rendah dibandingkan dengan kondisi awal. Penurunan gejala-gejala stress akan mendorong korban kekerasan dalam rumah tangga untuk mampu mengadopsi gaya hidup yang sehat. Gaya hidup yang sehat akan mampu mengurangi insomnia, sakit kepala, Lelah, mual, dan gangguan pencernaan yang muncul akibat stress akademik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa konseling *rational emotive behavior therapy* dengan teknik *emotional control card* ini efektif menurunkan stress pada korban kekerasan dalam rumah tangga. Konseling ini juga mampu menurunkan gejala-gejala stress seperti gejala fisiologis, gejala emotional, gejala kognitif, dan gejala perilaku yang dialami oleh korban kekerasan dalam rumah tangga. Kedepannya, diharapkan akan ada penggunaan intervensi konseling *rational emotive behavior therapy* dengan teknik *emotional control card* pada aspek psikologis yang lain. Selain itu, ke depannya teknik *emotional control card* juga dapat diimplementasikan ke layanan konseling lain seperti konseling kelompok dan dianalisis menggunakan uji statistika yang sesuai.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimi, Rosma, and Nunung Nurwati. 2021. "Faktor Penyebab Terjadinya Kekerasan Dalam Rumah Tangga Terhadap Perempuan." *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)* 2(2). doi: 10.24198/jppm.v2i2.34543.
- Aristia, Wina, Halida Halida, and Amalia Putri. 2024. "Studi Kasus Penerapan Konseling Individual Menggunakan Rational-Emotive Perilaku Untuk Mengatasi Self-Injury Peserta Didik." *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman* 10(1):84-96. doi: 10.31602/jbkr.v10i1.14344.
- Aryati, Aziza. 2019. "Bentuk-Bentuk Kekerasan Dan Wawasan Keserasian Gender Pada Ibu Rumah Tangga Di Kecamatan Sungai Serut Bengkulu." *Jurnal Hawa : Studi Pengarus Utamaan Gender Dan Anak* 1(2). doi: 10.29300/hawapsga.v1i2.2568.
- Dewi, Dahlia Kusuma. 2020. "Hukum Pada Korban Kdrt Di Masa Pandemi Covid 19 Dalam

- Meningkatkan Kualitas.” *Research Gate* (August).
- Ginting, Bengkel, and Nisa Hutasoit. 2022. “Upaya Menghilangkan Rasa Takut Yang Membayangi Perempuan Korban KDRT.” *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat* 2(2).
- Izati, Maydana, I. Hambali, and Tutut Chusniyah. 2023. “The Effectiveness of the Emotional Control Card (ECC) Technique in Group Counseling to Reduce Anxiety in Students at STKIP Tulungagung.” 12(1):134–43.
- Kartikasari, Mada, and Fuad Nashori. 2022. “Efektivitas Terapi Zikir Istighfar Untuk Mengurangi Gejala Gangguan Stres Pascatrauma Pada Istri Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga.” *Psychopolytan : Jurnal Psikologi* 5(2). doi: 10.36341/psi.v5i2.1942.
- Kusristanti, C., A. Trimana, and A. K. Putri. 2021. “Gambaran Kondisi Psikologis Wanita Penyintas Kekerasan.” *Jurnal Psikologi ...* 5(2).
- Lazarus, R., and S. Folkman. 1984. *Stress, Appraisal and Coping*. New York: Springer Publishing Company, Inc.
- Meilinda, Vittria, and Indreswati Indreswati. 2023. “Dampak Kesehatan Korban Domestic Violence.” *JURNAL KESEHATAN PERINTIS (Perintis’s Health Journal)* 10(1):7–13. doi: 10.33653/jkp.v10i1.987.
- Nisa, Haiyun, and Nanda Rizki Rahmita. 2019. “Menilik Bentuk Perilaku Kekerasan Dalam Rumah Tangga.” *Musāwa Jurnal Studi Gender Dan Islam* 17(2). doi: 10.14421/musawa.2018.172.107-122.
- Novita, Regina Vidya Trias, Ni Nyoman Sri Artina Dewi, and Martha Theresia Samosir. 2021. “Pendidikan Kesehatan Dan Pendampingan Tentang Kekerasan Pada Perempuan Dan Anak Menggunakan Daring Di Rusun Cinta Kasih Kelurahan Cengkareng Timur.” *Jurnal ABDINUS: Jurnal Pengabdian Nusantara* 5(1):105–15. doi: 10.29407/ja.v5i1.15614.
- Nur, Lina, and Hidayati Mugi. 2021. “Tinjauan Literatur Mengenai Stres Dalam Organisasi.” *Jurnal Ilmu Manajemen* 18(1).
- Nurwanti, Yulian Dwi, Muhammad Aziz Zaelani, Suharno Suharno, Hanuring Ayu, and Nourma Dewi. 2022. “Pengabdian Masyarakat Tentang Bentuk-Bentuk Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di Desa Sumuran Wetan Kragilan.” *J-ABDI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 1(8). doi: 10.53625/jabdi.v1i8.945.
- Rahmatiah, Rahmatiah, Dondick Wicaksono Wiroto, Lisa Alkhatima, Naya Naya, and Ibnu Fajar Prasetyo. 2022. “Membangun Self-Awareness Pada Pasangan Nikah Usia Muda Sebagai Upaya Pencegahan Tindakan KDRT Di Kelurahan Tilihuwa Kecamatan Limboto Kabupaten Gorontalo.” *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat* 3(2). doi: 10.35311/jmpm.v3i2.86.
- Rahmawati, Siti Nur. 2022. “Konseling Rational Emotive Behavior Therapy Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Remaja.” *Counsensia Indonesian Journal Of Guidance and Counseling* 3(1). doi: 10.36728/cijgc.v3i1.1856.
- Rahmi, Adelia Hidayatul, and Suryaningsi Suryaningsi. 2022. “Pelaku Pelanggaran Hak Asasi Manusia Pada Kasus Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di Kota Samarinda.” *Nomos : Jurnal Penelitian Ilmu Hukum* 2(3). doi: 10.56393/nomos.v1i5.581.
- Ramadhan, Helmy, and Oktariani. 2022. “Gambaran Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Akhir Yang Sedang Menyusun Skripsi.” *Journal Education of Batanghari* 4(10).
- Ramadhani, P., and R. Nelly. 2021. “Dampak Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di Kelurahan Kenangan Baru.” *Jurnal Pengabdian Kontribusi* 01(September):77–81.
- Rosmawati, Andi Zam Immawan Alam, and Salmiati Salmiati. 2020. “Penerapan Konseling Rational Emotif Behavior Therapy Terhadap Peningkatan Motivasi Belajar Mahasiswa

- Dalam Mengikuti Pelajaran Matematika.” *Indonesian Journal of Learning Education and Counseling* 3(1). doi: 10.31960/ijolec.v3i1.599.
- Sartika, Dewi, Dody Hartanto, Mufied Fauziah, and Kuswindarti. 2022. “Upaya Mengurangi Nomophobia Melalui Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy Teknik Self-Management.” *JCOSE Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 4(2). doi: 10.24905/jcose.v4i2.97.
- Sugiono, Sugiono. 2022. “Kekerasan Dalam Rumah Tangga Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Tinjau Dari Perspektif Etika Kristen.” *Kharisma: Jurnal Ilmiah Teologi* 3(1). doi: 10.54553/kharisma.v3i1.62.
- Wati, Lidya, and Muslim Afandi. 2021. “Empati Dalam Prespektif Teori Konseling Rational Emotive Behaviour Therapy Albert Ellis.” *Jurnal Administrasi Pendidikan & Konseling Pendidikan* 2(2). doi: 10.24014/japkp.v2i2.13912.
- .