

## ABSTRAK

**Studi Mengenai *Irrational Beliefs* Rasa Marah pada Wanita Pelaku Kekerasan Dalam Rumah Tangga di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas IIA Sukamiskin Bandung  
Sebagai Acuan dalam Rangka Menyusun Rancangan Intervensi untuk Mengelola Rasa Marah (*Anger Management*)**

**Sekar Titisani Setiadi  
NPM 190420130050**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh permasalahan mengenai Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) yang marak terjadi di masyarakat. Namun, ternyata prevalensi terjadinya KDRT tidak hanya dilakukan oleh pria, tetapi juga wanita. Hal ini tampak pada kasus yang dilakukan oleh beberapa warga binaan di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas IIA Sukamiskin Bandung. Tindakan kekerasan tersebut dilatarbelakangi oleh rasa marah yang meluap setelah tersimpan cukup lama dalam dirinya. Semua orang pernah merasakan marah, tetapi bentuk rasa marah yang tidak sehat berasal dari keyakinan irasional yang justru dapat membuat seseorang berperilaku disfungsional, yaitu bertindak dengan cara kekerasan bahkan pada anggota keluarganya sendiri. Maka dari itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi keyakinan irasional rasa marah pada pelaku KDRT di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas IIA Sukamiskin Bandung yang akan digunakan untuk menyusun rancangan intervensi pengelolaan rasa marah.

Keyakinan irasional tentang rasa marah dapat digali melalui teori *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan menggali situasi yang mengaktivasi (A), keyakinan (B), dan konsekuensi (C) yang terjadi. Penggalan keyakinan irasional rasa marah, terutama dapat dilihat melalui keempat aspeknya, yaitu meyakini bahwa situasi yang dialami benar-benar sangat buruk, tuntutan yang dogmatis, toleransi frustrasi yang rendah, serta penilaian bahwa orang lain salah. Setelah gambaran keyakinan irasional diketahui, dapat disusun rancangan intervensi mengenai pengelolaan rasa marah pada wanita pelaku KDRT.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif deskriptif dengan dua kegiatan penelitian. Kegiatan pertama untuk mengeksplorasi keyakinan irasional rasa marah, sedangkan kegiatan kedua untuk menyusun rancangan intervensi pengelolaan rasa marah berdasarkan hasil kegiatan pertama. Alat ukur yang digunakan berupa panduan wawancara serta observasi sebagai data penunjang.

Hasil penelitian menemukan bahwa keyakinan irasional yang menyebabkan pelaku melakukan tindakan kekerasan hingga menghilangkan nyawa adalah adanya kekeliruan dalam membuat kesimpulan yang bersifat negatif dan absolut bahwa korban pasti berbuat jahat kepadanya. Hal ini sering melebihi data objektif dari situasi yang ada. Pelaku memiliki harapan untuk memperoleh perhatian, tetapi korban dianggap menghambat sehingga membuatnya merasa

frustrasi. Dari sini muncul rasa marah yang berlebihan sehingga membuatnya berpikir secara subjektif yang kemudian memunculkan satu-satunya alternatif cara dalam menyelesaikan masalah ini, yaitu dengan melukai korban. Oleh karena itu, rancangan intervensi bertujuan untuk mengubah cara berpikir dari irasional menjadi rasional. Melalui teknik perdebatan (D), diharapkan para pelaku dapat menilai situasi dan orang lain secara lebih fleksibel sehingga memiliki efek baru (E), berupa emosi yang sehat, pikiran konstruktif, serta menghasilkan perilaku yang fungsional dalam menyelesaikan konflik dengan orang lain.

Kata kunci: keyakinan irasional rasa marah, pengelolaan rasa marah, KDRT, pelaku wanita

## **ABSTRACT**

### ***The Study about Irrational Beliefs of Anger in Woman Perpetrators of Domestic Violence at Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas IIA Sukamiskin Bandung as Reference to Formulate Intervention Design for Anger Management***

***Sekar Titisani Setiadi  
NPM 190420130050***

*This study was motivated by concerns about domestic violence which are prevalent in society. However, this violence not only committed by men, but also women. Researcher found that a few inmates at the Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas IIA Sukamiskin Bandung got their punishment because committed domestic violence. That violent acts encouraged by anger overflowed after stored long enough in herself. Everyone had to feel angry, but this form of unhealthy anger came from the irrational belief that made a person behave dysfunctionally which is committed violent manner even to her own family members. Therefore, this study aimed to explore the irrational belief of anger on the perpetrators of domestic violence at the Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas IIA Sukamiskin Bandung that would be used to formulate an anger management intervention.*

*Irrational beliefs of anger could be explored by Rational Emotive Behavior Therapy theory through explored the Activating Event (A), the Beliefs (B), and the Consequences (C) of domestic violence situation based on woman offender. Inquiry about irrational beliefs of anger, especially visible through the fourth aspect, which is awfullizing, dogmatic demands, low frustration tolerance, and other rating. After obtained description of irrational beliefs of anger, this*

*study could formulate design of interventions about anger management in woman perpetrators of domestic violence.*

*The research method used descriptive qualitative research method with two research activities. The first activity to exploring the irrational beliefs of anger, while the second activity to construct anger management interventions based on the results of the first activity. The measuring instruments used an interview guideline and observation as supporting data.*

*This study suggested that irrational beliefs which caused perpetrators did violent acts until the victim passed away was negative and absolute conclusion that the victim must have committed crimes against them. This exceeded the objective data of the existing situation. Perpetrators had goals to obtained affection, but the victim restricted her goals and made the perpetrators frustrated. There are excessive anger that made her think subjectively which then led to the only alternative way to resolve this problem, namely by injuring the victim. Therefore, the design of interventions aimed to changing the way of thinking of the irrational becomes rational. Through the technique, called Disputing (D), the perpetrators could assess the situation and others more flexible so that they had new effects (E) which is healthy emotional, constructive thoughts, and functional behavior to resolved conflicts with others.*

*Keywords: irrational beliefs of anger, anger management, domestic violence, woman perpetrators*