

ABSTRAK

Pipih Fauziah, 1224010115 (2026), Layanan Konseling Keluarga Untuk Meningkatkan *Self-Compassion* Pada Orang Tua Korban Kekerasan Seksual di UPTD Perlindungan Perempuan dan Anak, Jl. Raya Soreang No. 104 Pamekaran, Kabupaten Bandung.

Kasus kekerasan seksual terhadap anak terus meningkat dan berdampak tidak hanya pada korban, tetapi juga pada orang tua. Orang tua korban kerap mengalami tekanan emosional seperti rasa bersalah, kecemasan, kemarahan, dan perasaan gagal dalam melindungi anak, yang dapat memengaruhi kemampuan dalam memberikan dukungan selama proses pemulihan. Dalam kondisi tersebut, *self-compassion* menjadi aspek psikologis yang penting, yaitu kemampuan untuk bersikap welas asih terhadap diri sendiri saat menghadapi penderitaan. Namun, banyak orang tua menunjukkan *self-compassion* yang rendah, ditandai dengan kecenderungan menyalahkan diri secara berlebihan, kesulitan menerima situasi, serta kurangnya sikap penerimaan dan pemahaman terhadap diri sendiri. Kondisi ini mendorong perlunya pengkajian lebih lanjut mengenai bagaimana kondisi *self-compassion* pada orang tua korban, bagaimana proses layanan konseling keluarga di UPTD PPA Kabupaten Bandung dalam menangani orang tua korban, serta bagaimana hasil layanan tersebut dalam upaya meningkatkan *self-compassion*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi *self-compassion* orang tua korban kekerasan seksual, memahami proses pelaksanaan layanan konseling keluarga di UPTD PPA Kabupaten Bandung, serta menganalisis hasil layanan tersebut dalam meningkatkan *self-compassion* pada orang tua korban.

Teori dalam penelitian ini menggunakan konseling keluarga dan *self-compassion*. Konseling keluarga memandang keluarga sebagai suatu sistem yang saling memengaruhi sehingga permasalahan yang dialami salah satu anggota keluarga dapat berdampak pada anggota lainnya. Konsep *self-compassion* menurut Kristin Neff terdiri dari tiga komponen utama, yaitu *self-kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness* yang membantu individu menerima diri serta mengelola emosi secara lebih adaptif.

Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Data diperoleh melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Informan penelitian terdiri dari psikolog UPTD PPA Kabupaten Bandung, orang tua korban yang mengikuti layanan konseling keluarga, serta staf pendamping korban. Penentuan informan dilakukan dengan teknik *snowball sampling*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum mengikuti layanan konseling keluarga, *self-compassion* orang tua cenderung rendah yang ditandai dengan munculnya *self-judgment*, perasaan bersalah, dan kesulitan mengelola emosi. Melalui proses konseling keluarga, orang tua memperoleh ruang untuk mengekspresikan emosi dan merefleksikan pengalaman yang dialami sehingga terjadi peningkatan *self-compassion*. Hal ini terlihat dari berkembangnya penerimaan diri, kemampuan mengelola emosi secara lebih sadar, serta pemahaman bahwa penderitaan merupakan bagian dari pengalaman manusia.

Kata kunci: *Self-Compassion*, Konseling Keluarga, Orang Tua