

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Usia dewasa awal dimulai dari usia 18-25 tahun (Santrock, 2012), tercatat bahwa masa ini ditandai dengan perilaku eksplorasi dan eksperimental. Tahap perkembangan ini individu mengeksplorasi identitas terutama melalui hubungan yang romantis dan pekerjaan dimana eksplorasi tersebut disalurkan melalui kegiatan-kegiatan yang melibatkan teman sebaya, gaya hidup, dan juga kebebasan yang tidak diawasi oleh orang tua. Lalu pada masa dewasa awal ini banyak individu banyak yang telah selesai menyelesaikan pendidikannya dan mulai mencari pekerjaan. Individu di masa ini akan dihadapkan pada tugas atau tuntutan perkembangan yang harus diselesaikan (Gavriela, 2022).

Selain tahap eksplorasi dan eksperimental, pada masa dewasa awal juga memasuki masa yang dikenal dengan kedekatan (*intimacy*) dengan orang lain, sesuai dengan tahapan perkembangan Erikson (Annisa & Dinda, 2021). Tahap *intimacy* ini individu akan membangun suatu komitmen dalam hubungan yang dekat dengan orang lain. Tahap perkembangan ini akan dikatakan berhasil jika individu tersebut berhasil melewati fase tersebut dan akan merasakan cinta serta rasa kasih sayang, sebaliknya jika individu gagal maka individu tersebut akan merasa terasingkan oleh orang lain (Maradoni & Azmi, 2022).

Adapun menurut Pratiwi dan Ayu (2020) menjelaskan bahwa pada tahap ini individu akan meningkatkan kedekatan, ketertarikan dan keterkaitan terhadap orang yang dicintainya. Upaya pertama yang dilakukan untuk membangun sebuah hubungan yaitu dengan cara individu mengenal satu sama lain secara pribadi sebelum akhirnya pasangan tersebut melanjutkan untuk menikah.

Tahap tersebut disebut juga dengan istilah pacaran dimana menurut Ekasari, Rosidawati, & Juhaedi (2019), pacaran itu sendiri merupakan tahap hubungan ketika seseorang dengan jenis kelamin yang berbeda mengenal kedekatan satu sama lain. Menurut persepsi ini, pacaran dapat digambarkan sebagai hubungan di mana orang dapat menerima rasa cinta dan kasih sayang. Beberapa pasangan ingin mengenal, memahami, dan menghabiskan waktu bersama pasangannya. Namun, rasa keinginan untuk memiliki di dalam hubungan ini terkadang dianggap sebagai bagian dari tanda kepemilikan. Oleh karena itu, rasa kepemilikan ini memberi kesan kepada seseorang bahwa individu tersebut berhak untuk melecehkan pasangannya dengan cara apa pun, termasuk secara seksual maupun fisik (Fatahya, 2018).

Menurut Rusyidi dan Hidayat (2020), rasa kepemilikan tersebut bisa menyebabkan kekerasan didalam sebuah hubungan, dimana kekerasan dalam pacaran dapat didefinisikan sebagai upaya untuk mendominasi atau mengendalikan pasangan secara seksual, fisik, atau mental yang merugikan bagi korban. Menurut *The American Psychological Association* (Aye, Wijono, & Hunga, 2021) terdapat kekerasan psikis dan fisik yang dilakukan

oleh salah satu pasangan dalam menjalin hubungan pacaran, dengan sikap tersebut bertujuan guna mendapatkan kendali atas kekuasaan yang dimiliki oleh pasangannya. Sementara itu, pusat informasi dan pencegahan kekerasan seksual *The University of Michigan Sexual Assault Prevention and Awareness Center* (Aye dkk., 2021) menjelaskan bahwa kekerasan pacaran (KDP) suatu perbuatan yang disengaja dilakukan oleh individu untuk menyakiti secara fisik dan memaksa pasangan untuk mempertahankan kekuasaan dan kontrol atas pasangannya. Terdapat tiga jenis kekerasan dalam pacaran merupakan kekerasan seksual, fisik serta psikis menurut Murray (Sholikhah & Masykur, 2020).

Kekerasan dalam pacaran bisa dilakukan oleh perempuan maupun laki-laki, menurut O'Keefe (Fatahya, 2018) berpendapat bahwa bukan hanya laki-laki yang bisa melakukan kekerasan dalam pacaran, perempuan pun dapat melakukan kekerasan, tetapi hasil dari penelitian tersebut menjelaskan bahwasanya perempuan lebih terkena dampak negatif dari kekerasan yang dihadapi. Menurut Irma dan Hasanah (2017) hal ini disebabkan oleh stigma masyarakat seputar norma gender yang terus-menerus meninggikan laki-laki lebih diatas perempuan dan menyebabkan perempuan memiliki harga diri yang rendah. Adapun menurut Jayanti (2019) mengemukakan bahwa kekerasan yang dilakuakan terhadap perempuan tentunya akan berdampak trauma, emosi, dan perasaan negatif lainnya.

Menurut data dari Catatan Komnas Perempuan (2021) di bulan januari hingga september tahun 2021, terdapat 32.898 kasus kekerasan

terhadap perempuan, termasuk kekerasan dalam pacaran. Adapun informasi menurut pusat penelitian Lentera Sintas Indonesia, telah terjadi peningkatan kasus kekerasan dalam pacaran pada tahun 2021 akibat wabah Covid-19.

Adapun data kasus kekerasan dalam pacaran menurut Komnas Perempuan (2020) terdapat kasus kekerasan dalam pacaran sebesar 1.309 atau 20% kasus yang dilaporkan pada tahun 2020. Menurut Komnas Perempuan (2020) sebanyak 70% kasus kekerasan dalam pacaran korbannya merupakan perempuan. Menurut Komnas Perempuan (2018), kasus kekerasan dalam pacaran menduduki peringkat kedua, dimana sejak wabah Covid-19, kasus kekerasan berbasis *cyber gender* (KBGS) banyak diteliti (Komnas Perempuan, 2021).

Setelah itu, data yang didapat dalam wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti kepada beberapa sampel responden dalam penelitian ini mengatakan bahwa bentuk kekerasan yang pernah dirasakan oleh para korban tersebut seperti kekerasan non-verbal, psikologis dan juga fisik. Hal serupa juga dialami oleh responden berinisial A yang mengalami kekerasan dalam pacaran. Pasca kejadian kekerasan tersebut, responden merasakan berbagai dampak negative pada dirinya, seperti menyakiti diri sendiri atau mengucilkan diri dari orang disekitarnya.

Tentunya dampak yang terjadi akibat kekerasan dalam pacaran dapat sangat merugikan baik secara fisik maupun mental. Menurut Anindya, Indah dan Dwi (2020) korban kekerasan dalam pacaran dapat mengalami trauma yang merupakan salah satu dampak dari kekerasan tersebut. Menurut

penelitian sebelumnya oleh Putri (2020), perempuan yang mengalami kekerasan akan mempunyai harga diri yang buruk, kesedihan, gangguan stres pasca trauma, bunuh diri, kecanduan alkohol dan obat-obatan, kecemasan, penghinaan, isolasi sosial, dan menjadi melankolis.

Peristiwa yang membuat trauma dapat menimbulkan ketegangan psikologis pada seseorang dan biasanya menghasilkan reaksi negatif (Awaliyah, Nihayah, & Muna, 2020). Selain kesedihan, rasa bersalah, kemarahan seseorang yang mengalami trauma tersebut cenderung terus-menerus menyimpan pengalaman menyakitkan tersebut dan akan berdampak buruk pada kondisi mentalnya (Septiawantari & Mustikasari, 2021).

Pengalaman traumatis tidak hanya meninggalkan luka bagi korban, ada juga sejumlah orang yang mungkin bisa menerima trauma tersebut dengan cara individu tersebut belajar untuk menerima semua pengalaman tersebut dengan respon yang positif, yang akan membantu individu tersebut bisa mencapai kesejahteraan psikologis (Rini, 2020). Dimana proses belajar dari pengalaman yang menyakitkan disebut *post traumatic growth*. *Post traumatic growth* (PTG) merupakan pengalaman transformasi yang muncul dari konflik seseorang setelah krisis kehidupan, (Tedeschi & Calhoun, 2004).

Menurut Putri (2020) bahwa individu yang mengalami *post traumatic growth* akan lebih menghargai hidup, mencoba untuk melanjutkan hidup, menjadi lebih kuat setelah pengalaman traumatis yang dialaminya, mampu meningkatkan hubungan baik dengan orang lain, dan meningkatkan spiritualitas nya. Namun ada beberapa perempuan korban kekerasan dalam

pacaran masih memiliki kecenderungan untuk tenggelam dalam rasa trauma tersebut dan akan terus memikirkan pengalaman trauma tersebut merupakan pengalaman yang sangat menyakitkan. Menurut Marita dan Rahmasari (2021), korban cenderung mengalami depresi, kehilangan minat untuk merawat diri sendiri dan berkomunikasi dengan orang lain, serta menyamakan dirinya dengan individu yang dipandang lebih tinggi akibatnya individu tersebut tidak sanggup mengenali kualitas yang ada pada dirinya.

Menurut Linley dan Joseph (Zahara & Minerty, 2021) perubahan yang baik dapat disebut sebagai *adversarial growth* karena mencakup *post traumatic growth*, yang memiliki sifat yang sama dalam mengatasi kesulitan. Gagasan *self-compassion* dapat digunakan untuk menggambarkan salah satu komponen dari *adversarial growth*. Faktor-faktor yang berhubungan dengan *adversarial growth* mencakup perbedaan peristiwa, pemahaman, sosiodemografi, *coping*, dukungan sosial, agama, kepribadian, proses kognitif, emosi, kualitas hidup, dan stress psikologis. Menurut penelitian Wong & Yeung (2017) menjelaskan hasil dari SEM menunjukkan pengaruh tidak langsung yang penting dari aspek positif *self-compassion* terhadap *post traumatic growth* melalui *reframing* positif atau menata ulang pengalaman untuk mendapatkan hasil yang positif.

Menurut Neff (2003) mendeskripsikan *self-compassion* mempunyai pandangan yang positif serta bersikap baik pada diri sendiri saat menghadapi kesulitan atau tantangan hidup. Seseorang yang mempunyai *self-compassion* secara positif maka akan mempunyai kebaikan diri, empati, dan perhatian,

yang akan memungkinkan individu tersebut untuk bisa memahami pengalaman traumatis dan individu tersebut bisa merawat dirinya sendiri, lalu bisa menerima kekurangannya sendiri (Neff, 2003).

Individu tersebut tidak akan menyamakan dirinya dengan perempuan lain yang mempunyai kehidupan lebih baik dari dirinya sendiri, perempuan yang mengalami kekerasan dalam pacaran seringkali mempunyai harga diri yang rendah. Perempuan yang sayang terhadap dirinya sendiri, maka individu tersebut akan bisa memperlakukan orang lain dengan hormat dan saling berbagi mengenai pengalaman yang tidak menyenangkan bagi individu tersebut, bisa membantu orang lain untuk memahami kekerasan yang terjadi menjadi respon lebih positif. Penelitian terbaru juga menunjukkan bahwa orang yang memiliki *self-compassion* maka individu tersebut bisa mempunyai keyakinan yang lebih optimis tentang pengalaman seseorang Allen dan Leary (Lestari & Ediati, 2021).

Maka dapat disimpulkan *self-compassion* dan *Post Traumatic Growth* adalah dua konsep psikologis yang berkaitan erat dengan cara individu merespons dan beradaptasi terhadap pengalaman traumatis. Peneliti berminat untuk meneliti hubungan antara *self-compassion* dan *post traumatic growth* pada perempuan yang mengalami kekerasan. Selain itu, diperkirakan bahwa penelitian ini akan dapat menentukan seberapa efektif *self-compassion* dapat membantu *post traumatic growth* pada usia dewasa awal yang pernah mengalami kekerasan dalam hubungan pacaran.

1.2 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self-compassion* dan *post traumatic growth* pada korban kekerasan dalam pacaran usia dewasa awal.

1.3 Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa menyumbangkan ilmu serta dapat memperkaya hasil dari penelitian yang sebelumnya, khususnya terkait ilmu di bidang psikologi terkait dengan variabel yang diteliti yaitu *self-compassion* dan *post traumatic growth*. Adapun yang diharapkan yaitu dapat berguna khususnya dalam pengembangan ataupun kebaruan mengenai informasi dan keilmuan serta tentunya untuk menambah wawasan pengetahuan variabel *self-compassion* dan *post traumatic growth*.

b. Manfaat Praktis

Manfaat penelitian ini yaitu untuk membantu para korban khususnya korban kekerasan dalam pacaran dalam meningkatkan *self-compassion* guna keberhasilan dari *post traumatic growth* para korban. Adapun sebagai bahan dasar penelitian yang akan mendatang, baik oleh peneliti sendiri ataupun peneliti-peneliti lainnya.

1.4 Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini berkaitan dengan beberapa penelitian sebelumnya, walaupun sudah banyak penelitian yang dilakukan mengenai *self-compassion* dan *post traumatic growth* pada pacaran, namun untuk mencari referensi masih sedikit penelitian yang membahas hal ini, serta judul yang sesuai dengan penelitian ini belum ada.

Sebuah penelitian berjudul *Deskripsi Post Traumatic Growth Pada Wanita Dewasa Awal Mengalami Kekerasan Dalam Kencan* dilakukan menurut Putri Utami (2020). Metodologi studi kasus yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kualitatif. Subjek dari penelitian ini berjumlah Empat orang yang menjadi korban kekerasan dalam pacarana, dengan kala yang digunakan yaitu skala *Post Traumatic Growth Inventory* (PTGI) oleh Tedeschi dan Calhoun. Cara pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Pengolahan data, pengkodean, penyajian data, dan interpretasi data (penarikan kesimpulan) merupakan pendekatan analitik data yang digunakan dalam penelitian ini.

Penelitian dengan judul *Post Traumatic Growth pada Remaja Wanita yang Mengalami Kekerasan dalam Pacaran Ditinjau dari Percived Social Support dan Variabel Demografi* yang diteliti oleh Almas, H. S., & Kusristanti, C (2021). Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan bantuan Kuesioner PTGI-SF untuk mengukur *Post Traumatic Growth*. Alat pengumpulan data nya menggunakan *TALE Checklist* sebagai alat skrining untuk mengetahui apakah sampel remaja putri dalam penelitian ini yang

berusia antara 15-20 tahun pernah mengalami kekerasan fisik, verbal, atau seksual. Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *purposive sampling*.

Adapun penelitian dengan judul Hubungan antara *Forgiveness* dan *Post Traumatic Growth* pada Perempuan Korban Kekerasan dalam Pacaran pada Usia Dewasa Awal di Kota Bandung oleh Annisa, S., & Dinda, D. (2021). Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pengambilan sampel nya menggunakan *purposive sampling*. Subjek dalam penelitian ini adalah perempuan korban kekerasan dalam pacaran dan tinggal di Kota Bandung yang pernah mengalami trauma, alat ukur yang digunakan untuk mengukur PTSD korban dengan alat ukur PCL-5 (*PTSD Checklist for DSM-5*), alat ukur yang digunakan untuk mengukur PTG yaitu PTGI (*Post Traumatic Growth Inventory*), dan memeriksa tingkat pemaafan dengan alat ukur menggunakan skala alat ukur TRIMS. Pengolahan data, pengkodean, tampilan data, dan interpretasi data adalah semua jenis metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini. Subjek dalam penelitian ini yaitu berjumlah 96 wanita dewasa awal dengan PTSD sedang-tinggi.

Penelitian dengan judul Intervensi Kelompok pada Remaja Korban Kekerasan dalam Hubungan Pacaran yang Mengalami Reaksi Stres Pasca trauma oleh Dewi, W.P. (2018). Teknik *Recovery Technique manual* oleh Smith, Dyregov, dan Yule (1999) akan digunakan untuk mengukur efektivitas intervensi kelompok pada remaja yang mengalami stress pasca trauma. Dengan desain penelitian nya yaitu menggunakan *one group pretest-*

posttest dengan 2 partisipan remaja yang didapatkan dengan cara *purposive sampling*. Skala yang digunakan yaitu *Children's Impact of Event Scale-13* (CRIES-13) untuk mengukur efektivitas intervensi dengan membandingkan skor yang dilaksanakan selama lima pertemuan di awal dan di akhir intervensi melalui wawancara dan observasi. Hasil penelitiannya yaitu subjek merasakan adanya perubahan positif yang terjadi pada dirinya dan juga disadari oleh teman-teman disekitarnya.

Penelitian dengan judul Terapi bermain dalam meningkatkan harga diri pada anak korban kekerasan seksual oleh Amita, N. & Listyani, N. (2022). *One Group Pretest-Posttest* digunakan dalam pendekatan eksperimental oleh para peneliti. *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES) adalah alat ukur yang berlangsung selama empat sesi, terapi bermain diberikan kepada anak-anak yang mengalami pelecehan seksual. Untuk membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test*, penelitian ini menggunakan *Paired Sample T-Test*.

Penelitian menurut Pratiwi, T. A., & Herdina, I (2022) dengan judul Pentingnya *Self-Compassion* pada Mahasiswa Penyintas Pelecehan Seksual. Penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan. Penulis melakukan penelurusan dan penelaahan terhadap buku-buku, literatur, serta laporan-laporan yang berkaitan dengan permasalahan yang diangkat.

Penelitian dengan judul Hubungan Kekerasan dalam Pacaran dengan *Self-esteem* pada Korban Wanita Dewasa Awal dilakukan oleh Ramadhani, D.P., & Herdiana, I (2022). Penelitian ini menggunakan pendekatan

kuantitatif dengan metode survei, dengan subjek sebesar 106 orang dengan kriteria subjeknya yaitu usia dewasa awal korban kekerasan dalam pacarana (18-25 tahun). Pada penelitian ini menggunakan instrumen CTS2 (1996) dan RSES (1965).

Penelitian menurut Ramadhan, N., & Chusairi, A (2022) dengan judul Hubungan *Self-compassion* dengan *Psychological Well-being* pada Wanita Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga. Metode yang digunakan dalam penelitian ini merupakan kuantitatif serta subjek dalam penelitian ini berjumlah 101 perempuan dengan rentang usia 19-40 tahun yang pernah mengalami kekerasan dalam rumah tangga dengan usia pernikahan maksimal 10 tahun. Pengumpulan data menggunakan metode survei dan alat ukur yang digunakan adalah *self-compassion scale* Kristin Neff (2003) dan *psychological well-being scale* Ryff (1989).

Berdasarkan penelitian terdahulu, peneliti menyadari tidak adanya persamaan serta khususnya pada penelitian terdahulu, oleh sebab itu terdapat perbedaan, antara lain:

a. Keaslian Topik

Topik penelitian ini yaitu hubungan antara *self-compassion* dan *post traumatic growth* pada korban kekerasan dalam pacaran usia dewasa awal, berbeda dengan topik-topik penelitian sebelumnya yaitu hanya membahas mengenai gambaran dampak kekerasan yang dialami korban dan juga perubahan positif seperti apa setelah mengalami kejadian yang tidak menyenangkan seperti kekerasan yang dilakukan oleh pasangannya

dan juga hubungan antara *self-esteem* dengan korban kekerasan dalam pacaran.

b. Keaslian Teori

Penelitian ini menerapkan teori *self-compassion* dari Neff (2003) serta teori *post traumatic growth* dari Tedeschi & Calhoun (2006).

c. Keaslian Alat Ukur

Modifikasi skala *Post Traumatic Growth Inventory* (PTGI), dibuat oleh Tedeschi & Calhoun (1996), berfungsi sebagai dasar untuk skala *post traumatic growth*. Modifikasi skala *The Self-Compassion Scale* yang diciptakan oleh Neff (2003), untuk variabel *self-compassion*.

d. Keaslian Subjek Penelitian

Perempuan berusia dari 18-25 tahun yang menjadi korban kekerasan dalam pacaran dan harus melalui proses penyembuhan setelah pengalaman traumatis menjadi partisipan penelitian. Kriteria penelitian berikut digunakan dalam penelitian ini:

1. Perempuan dewasa awal (18-25 tahun).
2. Pernah menjadi korban kekerasan dalam pacaran bisa berupa pelecehan seksual, psikologis, non-verbal, dan fisik.

Menurut justifikasi yang diberikan, penelitian yang dilakukan ialah penelitian baru yang diharapkan bisa bermanfaat bagi individu yang membutuhkan.