

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Penelitian**

Dalam kehidupan nyata, proses berpacaran tidak selalu semulus ekspektasi setiap individu, tindak kekerasan dalam suatu hubungan bisa membuat seorang wanita mengalami trauma. Wanita yang mengalami kekerasan dapat bangkit, berubah lebih positif, dan mengalami pertumbuhan pasca trauma. Dalam kehidupan nyata, proses berpacaran tidak selalu semulus ekspektasi setiap individu, tindak kekerasan dalam suatu hubungan bisa membuat seorang wanita mengalami trauma. Wanita yang mengalami kekerasan dapat bangkit, berubah lebih positif, dan mengalami pertumbuhan pasca trauma.

Masa dewasa awal adalah perubahan yang cukup lama. Beranjak dewasa awal dikenal sebagai pergeseran dari masa remaja, usia dewasa awal adalah antara 18 dan 25 tahun (Arnett, 2007). Dewasa awal adalah fase di mana individu menjalani hubungan yang sering dimulai dari pacaran. Pada fase ini, individu berusaha mengenal lebih dekat untuk melanjutkan hubungan yang lebih serius. Hal ini menunjukkan bahwa masa dewasa awal sering kali menjadi korban kasus kekerasan dalam pacaran (Maulida, W., & Rifayani, R., 2022).

Menurut pendapat lain masa dewasa awal merupakan masa terpenting bagi individu di mana dirinya dituntut untuk menyesuaikan diri terhadap pola-pola hidup dan harapan yang baru (Hurlock, 2011) serta menjalankan peran-peran yang baru dan tumbuh menjadi pribadi yang matang (Duvall & Miller, dalam Amalia, 2017).

Menurut Myers (Nurhaniyah, 2016), seorang individu pada tahap ini umumnya akan mulai merasa tertarik pada lawan jenisnya. Mereka akan melakukan penyesuaian terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru. Di antaranya adalah memiliki pendamping hidup dan menikah, mengalami perlakuan tindak kekerasan adalah salah satu pengalaman emosional yang bukan saja tidak menyenangkan tetapi beban tersendiri dalam kehidupan seseorang. Banyak permasalahan dan konsekuensi yang dialami dapat menimbulkan berbagai pertanyaan seputar kesehatan mental perempuan yang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran (KDP). Dampak yang diberikan dapat menyebabkan kegagalan dalam menyelesaikan tugas perkembangannya, selain itu dampak psikologis yang disebabkan dapat membuat korban kekerasan sulit mencapai kondisi sehat secara psikologis.

Berbagai permasalahan akibat kekerasan dalam pacaran dapat menghambat korbannya untuk dapat mengembangkan dirinya dan mencapai pemenuhan fungsi psikologis yang optimal maka dari itu korban kekerasan dalam pacaran harus secara aktif berusaha untuk mencapai realisasi dari potensi diri yang sesungguhnya. Seligman & Csikszentmihalyi 2000, (dalam Linley & Joseph, 2004) juga berpendapat bahwa tidaklah memandang manusia hanya berdasarkan patologi, kesalahan dan disfungsi namun melihat manusia dari aspek-aspek positif manusia serta memahami potensi positif yang melekat dalam diri manusia dan mengembangkan untuk dapat aktualisasi diri.

Sebelum seseorang memutuskan untuk menikah, sebagian orang akan melalui tahap pengenalan terhadap calon pendamping hidup mereka, atau

istilah yang secara umum disebut dengan berpacaran (dating). Dalam kehidupan nyata, proses berpacaran tidak selalu sesuai harapan setiap individu. (Wishesha dan Suprapti, 2014) mengemukakan bahwa dalam suatu hubungan pasti terdapat suatu masa dimana pasangan menghadapi suatu konflik.

Suatu konflik dapat terjadi diakibatkan oleh beberapa masalah yang dihadapi oleh pasangan, misalnya karena perbedaan pendapat mengenai suatu hal, cemburu kepada pasangan, serta perbedaan kepribadian. Munculnya konflik yang terus menerus dapat menyebabkan munculnya kekerasan yang dilakukan oleh salah satu pihak kepada pasangan.

Mendatu (dalam Fatimah, 2016) menyebutkan beberapa dampak psikologis yang muncul pada wanita korban kekerasan yaitu harga diri rendah (minder), depresi, stres pasca trauma, bunuh diri, penyalahgunaan alkohol dan obat-obatan, kecemasan, rasa malu, terisolasi, dan rasa tertekan. Jiwa atau tingkah laku yang tidak normal akibat tekanan jiwa atau cedera jasmani karena mengalami kejadian yang sangat membekas yang tidak bisa dilupakan disebut juga dengan trauma (Sutiyono, 2010).

Kejadian stressfull atau juga dapat diartikan sebagai kejadian traumatik, dapat menyebabkan tekanan psikologis dan biasanya juga akan memunculkan respon negatif pada seseorang. Kesedihan, rasa bersalah, kemarahan, dan rasa sensitif juga merupakan respon lain yang Dewasa awal merupakan masa transisi yang penuh dengan tantangan, di mana pengelolaan emosi belum sepenuhnya stabil, dan ketergantungan pada orang tua masih ada.

Jika tanggung jawab terhadap orang tua dilepaskan, beban peran dan tanggung jawab akan semakin besar (Putri, Suhaili, Marjohan, Ifdil, & Afdhal, 2022). dewasa awal merupakan masa yang ditandai dengan perubahan dalam kehidupan, kekhawatiran, dan kegagalan dalam menyelesaikan masalah. Pacaran tidak selalu berjalan sesuai harapan.

Berdasarkan data Catatan Tahunan Komisi Anti Kekerasan Terhadap Perempuan (2020), tercatat 1.309 kasus kekerasan dalam pacaran, mencakup 20% dari total kasus kekerasan. Kekerasan ini memiliki dampak psikologis yang mendalam bagi wanita, seperti depresi, kecemasan, dan stres pasca trauma (Hanik, Hilaresa, & Kurniawan, 2024).

Kekerasan dalam pacaran mengacu pada upaya mengontrol atau mendominasi orang lain dalam hubungan kencan baik secara fisik, seksual atau psikologis yang menyebabkan beberapa kerugian (Werkele & Wolfe, 1999). Data statistik menunjukkan bahwa remaja dan dewasa awal memiliki resiko mengalami kekerasan dalam pacaran yang lebih tinggi dibandingkan dengan orang dewasa (*Women of Color Network*, 2008) karena pada masa tersebut menjalin hubungan romantis adalah satu hubungan interpersonal yang menjadi sangat penting pada masa remaja dan dewasa awal (Larson, 1999 dalam Zimmer-Gembeck & Gallaty, 2006).

Wanita yang mengalami kekerasan dalam pacaran sering kali merasa takut untuk melawan, dan tindakan pelaku dianggap remeh. Hal ini mempersulit korban untuk menolak tindakan pelaku, sehingga kejadian

kekerasan dapat berulang. Dampak kekerasan sangat mempengaruhi keadaan wanita, terutama dalam hal kesadaran dan emosi (Herdiana, 2022).

Ketakutan dan kekhawatiran timbul ketika individu menerima tanggung jawab yang besar. Emosi yang belum terkendali memicu individu untuk merasa tidak siap menghadapi masalah, sehingga sulit menerima kenyataan. Masa transisi ini membutuhkan banyak aktivitas untuk membantu individu menyesuaikan diri dan berkembang.

Kekerasan adalah fenomena yang sering kali terjadi berulang dengan pola yang sama. Setiap kejadian dapat menjadi semakin parah, dan korban mungkin memilih untuk keluar dari hubungan tersebut. Namun, korban akan menghadapi trauma serta kesulitan pemulihan yang memerlukan waktu dan usaha (Natasya & Susilawati, 2020). Namun, perempuan yang telah meninggalkan hubungan yang penuh dengan tindak kekerasan justru merasa dampak yang lebih parah.

Perempuan yang memutuskan untuk meninggalkan hubungan tersebut secara signifikan lebih memiliki tingkat depresi, gangguan PTSD dan trauma pada perempuan yang meninggalkan hubungan penuh dengan tindak kekerasan, menyamai atau bahkan melebihi perempuan yang masih bertahan dalam hubungan yang penuh dengan tindak kekerasan (Bell, dkk., 2009). Kekerasan sering kali lebih tinggi dan lebih parah pada perempuan yang memutuskan untuk meninggalkan hubungan yang penuh dengan tindak kekerasan (Koepsell, 2006, Murray, 2008 dalam Duley, 2012).

Pengalaman menyakitkan dan menekan yang dialami wanita dewasa awal sebagai korban kekerasan sering kali dibiarkan tanpa penanganan keluarga. Kecemasan dan kekuatan diri korban sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial mereka, yang dapat membentuk konsep diri dan meningkatkan rasa percaya diri (Anastasya & Susilarini, 2021).

Setiap individu memiliki naluri untuk mencari rasa aman. Kebutuhan akan rasa aman dapat mempengaruhi kondisi psikologis dan memungkinkan individu untuk lebih fokus tanpa rasa takut. Rasa percaya diri yang tinggi dan keberanian untuk mengambil risiko juga dapat berkembang jika individu merasa dilindungi (Natasya & Susilawati, 2020).

Menurut Calhoun dan Tedeschi (2012), individu dapat menemukan makna hidup melalui Post-Traumatic Growth (PTG), yang dipengaruhi oleh faktor seperti dukungan sosial, kepribadian, strategi coping, waktu, dan jenis kelamin. Menurut Santrock (2011), masa dewasa awal adalah masa untuk bekerja dan menjalin hubungan dengan lawan jenis, terkadang menyisakan sedikit waktu untuk hal lainnya. Bagi kebanyakan individu, menjadi orang dewasa melibatkan periode transisi yang panjang.

Baru-baru ini, transisi dari masa remaja ke dewasa disebut sebagai masa beranjak dewasa yang terjadi dari usia 18 sampai 25 tahun, ditandai oleh eksperimen dan eksplorasi. Dimana banyak individu masih mengeksplorasi jalur karier yang ingin mereka ambil, ingin menjadi individu yang seperti apa, dan gaya hidup yang seperti apa yang mereka inginkan, hidup melajang, hidup bersama, atau menikah (Arnett dalam Santrock, 2011).

Tugas perkembangan dewasa awal antara lain: a. mendapatkan suatu pekerjaan; b. memilih seorang teman; c. belajar hidup bersama suami istri; d. membentuk suatu keluarga; e. membesarkan anak-anak; f. mengelola sebuah rumah tangga; g. menerima tanggung jawab sebagai warga negara; h. bergabung dalam suatu kelompok sosial.

Pendapat lain menyatakan bahwa adapun minat pada dewasa awal sebagai berikut: a. minat pribadi yaitu minat yang selalu menyangkut seseorang tertentu; b. minat rekreasi yaitu kegiatan yang memberikan kesegaran atau mengembalikan kekuatan dan kesegaran rohani sesudah lelah bekerja atau sesudah mengalami keresahan batin; c. minat sosial yaitu individu harus mencari jalannya sendiri, menjalin tali persahabatan baru dan memantapkan identitas mereka lewat upaya mereka sendiri.

Berdasarkan paparan diatas, dapat disimpulkan bahwa dewasa awal merupakan salah satu tahapan dalam perkembangan kehidupan manusia. Masa dewasa awal diawali dengan masa transisi dari masa remaja menuju masa dewasa yang melibatkan eksperimental dan eksplorasi, yang disebut sebagai *emerging adulthood*.

Strategi untuk mengatasi trauma termasuk memberikan pemaafan *forgiveness* yang memerlukan waktu. Pemaafan dapat memberikan motivasi untuk menerima keadaan, mengurangi amarah, dan meningkatkan kesejahteraan individu (McCullough, 2003, Nurjaman & Dwarawati, 2022). Wanita yang kurang memahami agama dapat mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi dan menemukan makna hidup. Hal ini menyebabkan

mereka sulit mendapatkan kebahagiaan dan pemulihan dari trauma yang dialami (Jayanti, Nashori, & Rumiani, 2019).

Spiritualitas dapat menciptakan makna dan tujuan hidup yang membantu dalam menghadapi peristiwa traumatis. Pemikiran yang lebih terbuka dan spiritualitas yang kuat dapat melindungi individu dari perbuatan negatif dan memberikan ketenangan (Kerinina, 2022).

Perkembangan diri setelah trauma mengacu pada perubahan positif yang terjadi dalam diri individu untuk mencapai tujuan hidup. Meskipun trauma dapat meninggalkan luka batin yang dalam, dengan berjalannya waktu, individu dapat memaknai hidup dan menemukan kedamaian (Rohmah & Yuliasari, 2023).

Kesimpulannya, wanita dewasa awal yang mengalami kekerasan dalam pacaran dapat menemukan makna hidup yang positif melalui PTG. Dorongan untuk keluar dari trauma, dukungan lingkungan, serta peningkatan spiritualitas memainkan peran penting dalam mendorong perubahan positif dan memperkuat keyakinan diri pasca trauma. Keyakinan bahwa Allah SWT selalu membantu memberikan ketenangan dalam menghadapi kecemasan.

## **B. Tujuan Penelitian**

Memberikan gambaran dan memahami faktor-faktor “*Post Traumatic Growth*” pada wanita dewasa awal yang mengalami kekerasan dalam pacaran”

### C. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan bagi penelitian ini adalah sebagai berikut.

#### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan di bidang psikologi perkembangan dan klinis, dan menjadi referensi intervensi dalam bidang psikologi mengenai “*Post Traumatic Growth* dalam kekerasan berpacaran”.

#### 2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi Subjek Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan *insight* tersendiri bagi para individu wanita kekerasan dalam pacaran.

##### b. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan menjadi dasar atau landasan untuk penelitian selanjutnya khususnya mengenai “*Post Traumatic Growth* dalam kekerasan berpacaran”.

##### c. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan memberikan cara pandang yang lebih baik bagi masyarakat terhadap “*Post Traumatic Growth* dalam kekerasan berpacaran”.

### D. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini berdasarkan pada beberapa penelitian terdahulu yang mempunyai karakter yang relatif sama dalam hal tema kajian, meskipun berbeda dalam hal kriteria subjek, jumlah dan posisi variabel penelitian atau

metode analisis yang digunakan. Penelitian yang akan dilakukan mengenai “*post traumatic growth* pada wanita dewasa awal yang mengalami kekerasan dalam Pacaran”.

Menurut Tedeschi dan Calhoun, (2004) perkembangan pasca traumatik memiliki dua definisi penting. Saat seseorang mengalami kejadian yang sangat tidak diinginkan atau tingkat kecemasan yang rendah dan proses perkembangan yang normal. Kedua, perjuangan akan membawa perbaikan. Menerima masa lalu dan masa depan setelah trauma sangat sulit.

Andarista dan Religia (2023) dengan judul dari sudut pandang psikologi Islam, penelitian perkembangan setelah trauma wanita korban pelecehan pernikahan" menggambarkan perkembangan wanita yang menjadi korban pelecehan pernikahan setelah mengalami trauma. Metode yang digunakan kualitatif fenomenologi sedangkan perbedaannya dengan peneliti subjek dan tempat penelitian.

Ersa dan Retnowati (2023) dengan judul pengaruh rumination terhadap perkembangan *post traumatic* pada perempuan penyintas kekerasan dalam pacaran' adalah penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh dua jenis ruminasi intrusive dan deliberate terhadap perkembangan pasca traumatic pada perempuan penyintas kekerasan dalam pacaran. Peneliti menggunakan metode kuantitatif melalui kuesioner, dan subjek penelitian adalah wanita dewasa muda berusia 18 hingga 24 tahun.

Nabila dan Alya (2021) dengan judul peran *Self-Compassion* terhadap *post traumatic growth* pada remaja wanita yang mengalami kekerasan dalam

pacaran dan tinjauannya menurut Islam. Penelitian ini memiliki pendekatan kuantitatif dan bertujuan untuk mengetahui seberapa penting *self-compassion* terhadap PTG pada remaja wanita yang mengalami KDP. Adapun *self-compassion* dengan subjek remaja wanita berusia 15-20 tahun, sedangkan peneliti bertujuan untuk memahami fakto-faktor PTG dalam kekerasan dalam pacaran dengan menggunakan metode kualitatif fenomenologi dengan subjek wanita dewasa awal berusia 18-24 tahun.

Manurung dan Ningsih (2023) dengan judul *post traumatic growth* pada korban kekerasan seksual. Bagaimana proses kognitif korban kekerasan seksual mempengaruhi dinamika perkembangan *post traumatic* di penelitian ini. Sedangkan peneliti bertujuan untuk pengembangan diri pasca trauma kekerasan dalam pacaran dan menggunakan metode yang sama tapi subjek yang berbeda serta tempat pengambilan penelitian.

Hutami, Susilo, dan Suryawati (2021) dengan judul tingkat kekerasan dalam pacaran ditinjau berdasarkan jenis kelamin penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan tingkat kekerasan dalam pacaran dengan metode kuantitatif menggunakan kuesioner serta subjek siswa SMA Negeri di Surakarta sedangkan peneliti menggunakan metode kualitatif fenomenologi dengan subjek wanita dewasa awal yang mengalami kekerasan dalam pacaran, adapun perbedaan tempat penelitian di Surakarta dan peneliti di Yogyakarta.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, peneliti menemukan bahwa penelitian ini tidak memiliki kesamaan dengan penelitian sebelumnya. Maka dari itu terdapat beberapa perbedaan, antara lain:

### 1. Keaslian Teori

Beberapa penelitian di atas beberapa menggunakan metode kuantitatif. Sedangkan dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif fenomenologi.

### 2. Keaslian Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan wawancara dan observasi dalam pengumpulan data. Sedangkan beberapa penelitian sebelumnya menggunakan kuantitatif jenis korelasional.

### 3. Keaslian Subjek

Penelitian ini mengambil subjek wanita dewasa yang mengalami kekerasan dalam berpacaran, sedangkan peneliti terdahulu menggunakan subjek yang berbeda-beda seperti remaja wanita dengan pengalaman kekerasan dalam pacaran, perempuan penyintas kekerasan dalam pacaran, remaja wanita yang mengalami kekerasan dalam pacaran dan tinjauannya menurut Islam, perkembangan setelah trauma pada korban kekerasan seksual, dan kekerasan dalam pacaran ditinjau berdasarkan jenis kelamin. Dalam pacaran serta tinjauannya menurut Islam, *post traumatic growth* pada korban kekerasan seksual, dan kekerasan dalam pacaran ditinjau berdasarkan jenis kelamin.

**Tabel 2. 1 Keaslian Penelitian**

NO	Peneliti	Judul Penelitian	Teori	Alat Ukur	Subjek
1.	Andarista dan Religia (2023)	Post Traumatic Growth Wanita Korban Dating Abuse	Tedeschi & Colhoun, 1996)	1. Life Changing 2. Relasi sosial 3. Kekuatan personal dan 4. Perkembangan spiritual (Tedeschi & Colhoun, 1996)	4 orang yang dipilih secara purposive
2	Ersa dan Retnowati (2023)	Pengaruh Rumination terhadap Post Traumatic Growth pada Perempuan Penyintas Kekerasan	(Tedeschi & Colhoun, 2004)	Skala Event Related Inventory dan Post-Traumatic Growth Inventory-Short Form. (Tedeschi & Colhoun, 2004)	82 perempuan dewasa awal berusia 18–24 tahun
3	Nabila dan Alya (2021)	Peran Self-Compassion Terhadap Post Traumatic Growth pada	Leary, dkk. (2007)	Skala Self-compassion akan membantu individu memperbaiki pemikiran negatif terhadap diri	306 responden dengan kriteria subjek yaitu remaja wanita (15 – 20 tahun) yang memiliki pengalaman KDP

NO	Peneliti	Judul Penelitian	Teori	Alat Ukur	Subjek
		Remaja Wanita yang Mengalami Kekerasan Dalam Pacaran Serta Tinjauannya Menurut Islam”		sendiri yang berubah karena peristiwa traumatis seperti peristiwa kekerasan. Leary, dkk. (2007)	
4.	Manurung dan Ningsih (2023)	Post-Traumatic Growth pada korban Kekerasan Seksual	(Zoellner dan Maercker, 2006).	Skala Kekuatan diri, kesempatan baru, relasi dengan orang lain, penghargaan terhadap hidup, serta spiritualitas. (Zoellner dan Maercker, 2006).	1 subjek yang mengalami post traumatic growth pada korban kekerasan seksual.
5.	Hutami, Susilo, Suryawati (2021)	Tingkat Kekerasan Dalam Pacaran Ditinjau Berdasarkan Jenis Kelamin	(Dutton & White, 2013)	Skala (1) Tingkat kekerasan dalam pacaran siswa SMA Negeri di kategori rendah dan (2) Tidak ada perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan	334 siswa SMA Negeri di Surakarta yang berpacaran

NO	Peneliti	Judul Penelitian	Teori	Alat Ukur	Subjek
				perempuan dalam kekerasan berpacaran	

Berdasarkan penjelasan di atas, penelitian yang dilakukan oleh peneliti merupakan penelitian baru dan merupakan penelitian murni serta asli, dimana penelitian ini diharapkan dapat digunakan bagi pihak-pihak yang membutuhkan.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA