

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA PEREMPUAN KORBAN KEKERASAN DALAM BERPACARAN

Oleh

Fydides Yemima Triarta Sianipar

Universitas kristen satya wacana Salatiga

Email: [1fydides@gmail.com](mailto:fydides@gmail.com)

Article History:

Received: 02-06-2023

Revised: 16-06-2023

Accepted: 23-07-2023

Keywords:

Relationship 1; Violence 2;

Psychological Well-Being 3

Abstract: Kekerasan masih menjadi kasus yang darurat di beberapa negara. Indonesia menjadi salah satunya. Terkhususnya kekerasan dalam ranah personal. Komnas Perempuan di tahun 2020 mencatat 11.105 kasus kekerasan terhadap perempuan di ranah personal. Jenis kekerasan yang menonjol pada ranah personal, yaitu kekerasan fisik sebanyak 4.783 kasus, kekerasan seksual sebanyak 2.807 kasus dan kekerasan psikis sebanyak 2.056 kasus. Penelitian ini membahas pengaruh kepada korban kekerasan yang terjadi khususnya dalam hubungan berpacaran. Tujuan dari penelitian ini mendeskripsikan pengalaman psikologis partisipan yang menjadi korban kekerasan dalam berpacaran selama masih berhubungan dengan pria yang menjadi pelaku kekerasan dan pengaruhnya terhadap Psychological well-being. Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus pendekatan kualitatif deskriptif. Penelitian ini menghasilkan data bahwa adanya pengaruh kekerasan dalam berpacaran pada psychological well-being korban. Kedua partisipan sama-sama mengalami adanya penurunan dan peningkatan pada keenam aspek dari psychological well-being. Pengaruh yang diberikan kekerasan dalam berpacaran terhadap psychological well-being dapat mengarah ke peningkatan atau penurunan.

PENDAHULUAN

Kekerasan yang umumnya terjadi pada perempuan dimasa modern seperti sekarang ini, masih menjadi permasalahan yang banyak menarik perhatian. Indonesia merupakan salah satu negara yang memiliki angka tinggi dalam kasus kekerasan terhadap wanita. Tertulis dalam *World Report on Violence and Health* oleh *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2002, kekerasan didefinisikan sebagai penggunaan kekuatan fisik terhadap diri sendiri orang lain, atau masyarakat yang dapat mengakibatkan cedera fisik, kematian, gangguan psikologis, atau gangguan dalam perkembangan. Bukan Agustus tahun 2021, media *Tempo.co* memuat sebuah artikel berjudul, “*Dating Violence: Kekerasan dalam Pacaran yang Menghantui Perempuan*”. Artikel ini mengenai kekerasan tidak hanya terjadi pada pasangan yang sudah menikah, namun terjadi juga pada pasangan yang belum terikat

dalam sebuah pernikahan. *Tempo.co* memuat data dari survey yang dilakukan Kementerian Pemberdayaan dan Perlindungan Anak (KPPPA). Tingkat kekerasan baik secara fisik dan seksual yang dialami perempuan belum menikah yaitu sebesar 42,7 persen. Kekerasan dalam hubungan pacaran adalah kasus yang sering terjadi setelah kasus kekerasan dalam rumah tangga pada tahun 2016. Kekerasan tersebut dilaporkan dalam berbagai bentuk. Korban-korban mengalami kekerasan dalam bentuk pukulan, menampar, terlalu posesif, paksaan dalam berhubungan seksual berupa ancaman. Mencium dan meraba tanpa adanya persetujuan dari korban. Kasus kekerasan dengan jumlah 10.847 pelaku kekerasan, sebanyak 2.090 adalah pacar atau teman, yang sangat disayangkan kebanyakan dari kasus-kasus ini tidak tersorot. Tingginya kekerasan yang terjadi dalam berpacaran menjadi perhatian masyarakat. Hal ini dikarenakan oleh mulai meningkatnya kepekaan masyarakat terhadap masalah ini dan diharapkan tidak terjadi lagi.

Banyak korban kekerasan seksual adalah perempuan, fenomena ini didukung oleh data yang diperoleh dari Komnas Perempuan tahun 2020 yang memperlihatkan data kasus kekerasan terhadap perempuan sepanjang tahun 2019. Pada ranah publik atau komunitas, kekerasan seksual menempati tingkat pertama yaitu pencabulan dengan 531 kasus, perkosaan sebanyak 715 kasus dan pelecehan seksual sebanyak 520 kasus. Sementara itu kasus persetubuhan tercatat sebanyak 176 kasus, sisanya adalah percobaan perkosaan. Kekerasan terhadap perempuan di ranah personal, mencapai 11.105 kasus. Pada ranah publik terdapat 3.602 kasus kekerasan. jenis kekerasan yang menonjol di ranah personal adalah kekerasan fisik sebanyak 4.783 kasus, kekerasan seksual sebanyak 2.807 kasus, kekerasan psikis sebanyak 2.056 kasus.

Kekerasan seperti kekerasan seksual yang disebutkan pada paragraf sebelumnya tidak hanya terjadi pada ranah publik, namun juga terjadi dalam ranah personal seperti dalam hubungan berpacaran. Menurut Komnas Perempuan (2017) kasus kekerasan dalam berpacaran terdapat pada urutan kedua paling banyak setelah kekerasan terhadap istri dalam rumah tangga. Catatan Komnas Perempuan pada tahun 2012 hingga 2015 terdapat 415 kasus kekerasan dalam berpacaran. Kekerasan terjadi pada perempuan dengan rentang usia 18 tahun sampai 22 tahun. Kekerasan dapat terjadi kepada laki-laki maupun perempuan, namun pada kenyataannya dalam berpacaran lebih sering terjadi pada perempuan yang akhirnya mengalami kekerasan bentuk fisik maupun verbal, (Taylor, Sullivan, & Farrell, 2014).

Kekerasan dalam berpacaran memiliki beberapa definisi beragam dari beberapa teori dan peneliti. Menurut Lewis dan Fremouw (2001), kekerasan berpacaran merupakan istilah yang dapat dikatakan tidak jelas yang dapat mencakup komunikasi yang mengecam, pelecehan dalam bentuk verbal, atau agresi secara fisik. Definisi lainnya dikemukakan oleh Sugarman dan Hotaling (1989), kekerasan dalam berpacaran merupakan penggunaan atau ancaman kekerasan fisik atau tindakan mengekang yang dilakukan dengan maksud menyebabkan rasa sakit atau cedera pada orang lain. Kekerasan dalam berpacaran sebagai tindakan yang dapat dipelajari dari lingkungan sekitar dan dapat memiliki sebab atas perilaku tidak stabil terhadap pelaku yang membuat timbulnya kekerasan dalam hubungan berpacaran, (Foshee, 1996).

Kekerasan dalam berpacaran memiliki empat bentuk. Bentuk pertama adalah kekerasan fisik, yang penggunaannya secara intensif dengan adanya kekuatan fisik yang

memiliki potensi menyebabkan luka, perasaan dalam bahaya, cacat fisik bahkan kematian. Bentuk kedua adalah kekerasan seksual adalah upaya melakukan hubungan seksual dengan melibatkan seseorang yang tidak memiliki kemampuan untuk memahami kelaziman/kebiasaan atau keadaan yang dapat ditimbulkan dari aksi tersebut, serta tidak memiliki kemampuan untuk mengkomunikasikan ketidakinginan untuk terlibat dalam hubungan seksual. Bentuk ketiga adalah kekerasan psikologis/emosional, dapat berupa tindakan kekerasan, ancaman kekerasan, atau taktik dalam kekerasan/paksaan. Bentuk ini tidak terbatas pada penghinaan terhadap korban, tetapi juga mencakup kendali atas apa yang dapat atau tidak dapat dilakukan korban. Hal-hal tersebut mencakup menahan informasi dari korban, mengisolasi dan membatasi atau melarang akses korban terhadap uang atau sumber-sumber daya mendasar lainnya. Bentuk keempat adalah kekerasan ekonomi, terjadi pada saat pelaku kekerasan memiliki kendali secara penuh atas uang korban dan sumber-sumber ekonomi lainnya (Shinta & Bramanti, 2007).

Definisi dan bentuk-bentuk kekerasan dalam berpacaran ini ditemukan dalam kasus yang dialami partisipan penelitian ini dalam wawancara awal yang sudah dilakukan dengan partisipan. Partisipan mengalami beberapa bentuk kekerasan selama berhubungan dengan pelaku kekerasan. Usia partisipan pada saat itu tergolong masih remaja. Kejadian tersebut berlangsung pada saat partisipan duduk di bangku SMP dan kemudian memiliki jeda terlepas dari kekerasan tersebut. Pada saat partisipan duduk di bangku SMA, partisipan kembali mengalami kekerasan dalam berpacaran dengan pasangan yang berbeda.

Kekerasan yang terjadi dalam berpacaran dapat mengarah pada berbagai dampak. Dampak negatif dalam berpacaran pada masa ini yaitu adanya dampak psikologis dan dampak seksual. Dampak psikologis yaitu perempuan menjadi trauma atau benci kepada laki-laki, dampak seksual yaitu mengalami sebuah traumatik bagi para korban dan orang-orang yang dekat dengan korban (Safitri, 2013). Secara khusus, menjadi korban kekerasan seksual di Indonesia adalah hal yang sulit. Dapat dikatakan sulit karena korban justru sering mendapatkan respon negatif dari masyarakat bahkan dari keluarga sendiri. Paske dan Alan (1982) menyatakan bahwa berbagai prasangka dan *stereotype* terhadap wanita yang menjadi korban kekerasan seksual adalah beban yang kemudian harus ditanggung oleh korban. Pembicaraan-pembicaraan *insensitive* akan banyak ditujukan kepada korban. Korban akan merasakan penderitaan hanya dari menghindari prasangka-prasangka yang ada dalam diri korban. Banyak korban kekerasan seksual yang enggan melaporkan kasusnya kepada pihak yang berwajib dengan alasan malu, takut dengan keluarga, malu dengan aib jika orang lain tahu, pemahaman bahwa kekerasan yang terjadi karena ulah korban sendiri, dan ketergantungan pada pelaku (Jamaa, 2014). Perempuan sebagai korban sering disalahkan karena dianggap lemah, tidak berdaya, dan tidak cerdas laki-laki. Kalangan perempuan terkadang menyembunyikan viktimisasi terhadap dirinya karena berbagai alasan, namun yang utama adalah karena mereka tidak ingin dirinya diketahui orang lain atau akan mencoreng harga diri (Pasalbessy, 2010).

Dampak lainnya yang dapat terjadi pada kekerasan dalam berpacaran dikemukakan melalui penelitian oleh Setyawati (2010) yaitu menurunnya rasa percaya diri, yang disebabkan oleh kekerasan emosional. Hal ini kemudian mengarah pada beberapa aspek kehidupan korban, seperti merasa tidak memiliki kompetensi, memiliki kemampuan. Meningkatnya rasa tidak berdaya dan ketergantungan pada pelaku, yang disebabkan oleh pergaulan korban dengan dunia luar dibatasi oleh pelaku, sehingga korban memiliki rasa

takut ditinggalkan. Muncul rasa takut, cemas, sedih dari konflik dengan pelaku yang kemudian berdampak pada menurunnya produktivitas serta prestasi korban Stres dan depresi atau bentuk reaksi psikologis lainnya pada individu khususnya dalam kasus ini korban kekerasan seksual dapat mengindikasikan bahwa individu tersebut tidak memiliki kesehatan mental. Menurut Ryff (1995) seseorang yang sehat secara mental adalah seseorang yang tidak menderita kecemasan, depresi, atau gejala psikologis dalam bentuk apa pun.

Penelitian yang dilakukan oleh Hardjo dan Novita (2015), menyajikan data mengenai kekerasan seksual berdampak pada *Psychological well-being* seseorang. *Psychological well-being* adalah kemampuan individu dalam menerima dirinya apa adanya (*self-acceptance*), membentuk hubungan yang baik dengan orang lain (*Positive relations with other people*), mandiri pada tekanan sosial (*Autonomy*), kemampuan mengontrol diri dalam lingkungan sekitar dan menggunakan secara efektif kesempatan yang ada (*Environmental mastery*), kemampuan individu dalam memiliki arti hidup (*Purpose in life*), serta memiliki kesadaran dan keinginan mengembangkan potensi dalam diri (*Personal growth*), (Ryff, 1995). *Psychological well-being* berhubungan dengan kepuasan, keterikatan, harapan, rasa bersyukur, stabilitas *mood*, pemaknaan diri, harga diri, kegembiraan dan optimisme, serta mengembangkan bakat dan minat yang dimiliki, (Bartram & Boniwell, 2007). Terdapat tiga faktor yang mempengaruhi *Psychological well-being*, yaitu usia, jenis kelamin, dan perbedaan budaya, (Ryff, 1995) Menurut Eddington dan Shuman (2005), *Psychological well-being* dipengaruhi oleh beberapa faktor; jenis kelamin, usia, pendidikan, pendapatan, pernikahan, kesehatan, agama, kepuasan kerja, pengalaman hidup, kemampuan dan kompetensi, kepribadian, serta dukungan sosial. Berdasarkan penelitian dari Hardjo dan Novita (2015), yang memfokuskan pada variabel dukungan sosial, hasilnya ada hubungan faktor dukungan sosial pada *Psychological well-being* korban kekerasan seksual. Jika korban kekerasan seksual memiliki dukungan sosial dari keluarga dan kerabat di sekitarnya, maka kemungkinan besar korban tidak merasa terkucil atau terpisah dari kelompok. Semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh, maka akan semakin tinggi *Psychological well-being* yang dimiliki korban.

Penelitian yang dilakukan oleh Indaryani (2018) yang berjudul “Dinamika Psikososial Remaja Korban Kekerasan Seksual” memfokuskan penelitian pada dinamika sosial yang dialami oleh remaja berusia di bawah 21 tahun. Indaryani memilih partisipan dengan teknik *purpose sampling* atau dipilih secara sengaja berdasarkan kriteria yang ditentukan yaitu, remaja putri berusia 21 tahun dan pernah mengalami pemerkosaan. Berdasarkan kriteria tersebut, Indaryani mendapatkan tiga partisipan sebagai berikut; LR berusia 18 tahun, AM berusia 18 tahun, IP berusia 16 tahun. Penelitian yang dilakukan oleh Indaryani menunjukkan data bahwa ketiga partisipan memiliki kondisi yang sama yaitu rasa takut. Selain rasa takut, dalam tabel hasil penelitian terdapat data bahwa LR, partisipan pertama, berusaha menggugurkan kandungan sebagai wujud untuk bisa diterima lagi oleh keluarga. Penelitian pada AM, partisipan kedua, terdapat data bahwa partisipan ingin melakukan bunuh diri namun tidak terjadi karena masih mengingat bahwa bunuh diri adalah dosa. Hasil penelitian pada IP, partisipan ketiga, terdapat data bahwa partisipan merasa kebingungan harus menceritakan kejadian tersebut kepada siapa dan ada usaha menggugurkan kandungan satu kali namun tidak terjadi karena sadar akan hal itu adalah

dosa. Berdasarkan data penelitian pada ketiga partisipan, Indaryani menyimpulkan bahwa pada dinamika sosial menunjukkan kesamaan perilaku korban yang ditampilkan bisa segera berinteraksi dengan yang lainnya setelah mendapatkan perlakuan yang baik dari keluarga, teman dan lingkungan sekitarnya.

Dampak psikologis lainnya dikemukakan dalam hasil penelitian yang dilakukan oleh Megawati, Anwar, dan Masturah (2019), berdasarkan hasil penelitian dari beberapa mahasiswa yang pernah mengalami kekerasan dalam berpacaran. Tindakan kekerasan yang dilakukan oleh pasangannya biasanya berupa kekerasan fisik seperti menampar, memukul, menggigit, mencakar serta bersikap kasar yang bersifat melukai perasaan korban. Pelaku juga tidak segan untuk berselingkuh di depan korban. Pada korban lain mendapat kekerasan berpacaran dengan dipaksa untuk melakukan hubungan seks dengan pasangannya, dengan ancaman jika tidak ingin melakukan akan putus hubungan. Pada korban lain oleh pasangannya dipaksa untuk mengirimkan foto-foto telanjang korban dan berhubungan seksual dengannya, yang dibuat pelaku untuk mengancam korban. Pelaku memberian ancaman bahwa tidak akan bertanggung jawab dengan hasil hubungan badannya.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan rumusan masalah untuk penelitian ini adalah apa saja yang dialami korban melibatkan kekerasan dalam berpacaran? Bagaimana *Psychological well-being* seorang wanita yang menjadi korban kekerasan dalam berpacaran? Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya karena penelitian ini memiliki fokus yang lebih spesifik pada keadaan *Psychological well-being*, yang dimana pada penelitian-penelitian sebelumnya hanya mengemukakan faktor dan dampak dari kekerasan dalam berpacaran. Penelitian lainnya meneliti *self-control* dari korban kekerasan dalam berpacaran. *Psychological well-being* ini akan diteliti lebih lanjut dengan menggunakan teori yang dikemukakan oleh Ryff.

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah mendeskripsikan pengalaman psikologis partisipan yang menjadi korban kekerasan dalam berpacaran selama masih berhubungan dengan pria yang menjadi pelaku kekerasan dan bagaimana *Psychological well-being* partisipan setelah menjalani beberapa waktu terapi dengan bantuan psikolog dan psikiater. Selain itu, apa saja yang menjadi dukungan positif bagi partisipan saat melalui masa-masa traumatis serta yang membantu partisipan mencapai titik keadaan *Psychological well-being*. Manfaat dari penelitian ini adalah peneliti mengharapkan semakin banyak masyarakat awam yang memiliki pemahaman akan dampak serius yang disebabkan oleh tindak kekerasan yang sudah terjadi pada masa berpacaran.

METODE PENELITIAN

Desain

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode studi kasus. Hasil penelitian ini akan dituliskan secara naratif. Pada penelitian kualitatif, peneliti merupakan instrumen utama, pengambilan sampel sumber data dengan dilakukan secara *purposive* dan *snowball*, analisis data bersifat induktif dan hasil penelitian lebih menekankan makna dari pada generalisasi, (Sugiyono, 2013). Metode yang digunakan dalam penelitian ini berupa studi kasus. Menurut Creswell (dalam Sugiyono, 2013), studi kasus adalah pendekatan yang digunakan untuk menyelidiki dan memahami sebuah kejadian atau masalah yang telah terjadi dengan mengumpulkan berbagai macam informasi yang kemudian diolah untuk mendapatkan sebuah solusi agar masalah yang diungkap

dapat terselesaikan.

Metode Pengambilan Data

Penelitian ini menggunakan Menurut Sugiyono (2013), studi kasus adalah metode yang dilakukan peneliti untuk melakukan eksplorasi secara mendalam terhadap kejadian, proses, aktivitas terhadap satu orang atau lebih yang dimana dalam penelitian ini partisipan adalah sumber data dan pengambilan data dilakukan dengan wawancara dan observasi.

Partisipan

Pengambilan sampel dilakukan secara *purposive* dengan menentukan kriteria dari pengalaman kekerasan berpacaran itu sendiri terlepas dari bentuk kekerasan apa yang dialami. Partisipan yang akan menjadi sumber data dalam penelitian ini adalah perempuan berusia 20-25 tahun yang menjadi korban kekerasan dalam berpacaran dan sudah keluar dari hubungan tersebut selama minimal satu tahun.

Teknik Analisis

Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis tematik. Teknik analisis tematik yang kemudian menggunakan pendekatan "*data driven*", analisis yang dilakukan dengan pengumpulan data kasar dari sampel, kemudian akan diolah dan dijadikan kode-kode dalam penelitian (Boyatzis, 1998). Data ini diperoleh dengan sumber-sumber data yang berbeda. Penelitian ini sendiri akan mendapatkan variasi sumber data yang tidak hanya dari wawancara tetapi hasil dari observasi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis data mengenai *Psychological Well-Being* pada perempuan yang menjadi korban kekerasan dalam berpacaran menunjukkan adanya dampak dari pengalaman tersebut terhadap dinamika psikologis dan kehidupan kedua partisipan berelasi dengan orang lain. Kekerasan khususnya dalam penelitian ini yang terjadi dalam hubungan berpacaran, tidak hanya berupa fisik melainkan terdapat kekerasan psikis, kekerasan seksual dan kekerasan ekonomi seperti yang di kemukakan oleh Shinta & Bramanti (2007) bahwa terdapat empat tipe jenis kekerasan. Tipe-tipe kekerasan ini terbukti adanya berdasarkan data yang dihasilkan dari wawancara dengan kedua partisipan. Hasil wawancara dengan P1 dan P2 menunjukkan data bahwa kedua partisipan mengalami tipe-tipe kekerasan tersebut.

Hasil wawancara dengan P1 menunjukkan bahwa P1 mengalami tipe kekerasan seksual, kekerasan fisik dan kekerasan psikis berupa verbal. Data dalam penelitian yang dihasilkan ini dari P1 dapat didukung oleh penelitian lainnya yang sudah pernah dilakukan oleh Setyawati (2010) yang menunjukkan dampak yang serupa dengan apa yang dialami oleh P1. Dampak tersebut berupa menurunnya rasa percaya diri, muncul rasa takut, cemas, sedih dari konflik dengan pelaku. Data lainnya pada P1 yang terlihat dalam data penelitian ini berkaitan dengan dampak dari kekerasan seksual adalah percobaan bunuh diri. Dampak kekerasan dalam berpacaran dengan bunuh diri ini didukung oleh penelitian yang pernah dilakukan oleh Indaryani (2018). Pada penelitian tersebut disebutkan bahwa korban kekerasan seksual melakukan percobaan bunuh diri dan tidak jadi melakukan karena mengingat akan dosa apabila melakukan bunuh diri. Perbedaan dengan P1, P1 sudah melakukan beberapa kali percobaan namun gagal karena terselamatkan berulang kali

sehingga P1 berhenti melakukan percobaan.

Data lainnya bersumber dari wawancara P2 menunjukkan bahwa P2 juga mengalami kekerasan fisik dan psikis. Perbedaan dari apa yang dialami oleh P1, P2 tidak mengalami kekerasan seksual seperti P1. P2 mengalami kekerasan ekonomi. Kekerasan fisik yang dialami oleh P2 berupa pukulan, tendangan serta penjiambakan. Hasil wawancara juga menunjukkan adanya kekerasan psikis berupa verbal yang dilakukan pelaku terhadap P2. Kedua tipe kekerasan ini yang awalnya dianggap hanya sesaat oleh P2, namun kemudian P2 menyadari bahwa tindakan tersebut berkelanjutan. Dampak yang disebabkan oleh kedua tipe kekerasan tersebut, adanya dampak yang dirasakan oleh P2 serupa dengan yang dialami oleh P1 dan didukung oleh penelitian yang sama oleh Setyawati (2010). Penelitian tersebut menunjukkan dampak lainnya selain menurunnya rasa percaya diri dan muncul rasa takut, sedih dari konflik dengan pelaku, adanya dampak yang menyebabkan perasaan tidak memiliki kompetensi. Selain itu, kekerasan tersebut mempengaruhi aspek kehidupan seperti ketergantungan korban terhadap pelaku. Dampak-dampak tersebut dialami oleh P2. Berkaitan dengan ketergantungan terhadap pelaku dalam kasus P2, ketergantungan terhadap pelaku disebabkan oleh kekerasan ekonomi yang dilakukan oleh Pelaku. Ketergantungan yang dimaksud adalah P2 harus menghadapi korban kembali untuk meminta pertanggungjawaban. Kekerasan ekonomi memberikan dampak pada P2 yaitu merasa sangat dirugikan secara ekonomi yang kemudian berdampak negatif pada pekerjaan P2 meskipun sudah memutuskan hubungan selama satu tahun, dampaknya masih dirasakan dalam perekonomian P2 hingga saat wawancara dilakukan. Tipe kekerasan ekonomi ini didukung oleh adanya data dalam penelitian yang sudah pernah dilakukan oleh Shinta & Bramanti (2007), bahwa kekerasan ekonomi juga termasuk di dalam tipe kekerasan.

Berkaitan dengan *psychological well-being*, P1 dan P2 memiliki pengaruh negatif terhadap keenam aspek *psychological well-being* dari kekerasan dalam berpacaran yang dialami, namun tidak sedikit pengaruh positif terhadap keenam aspek tersebut yang berjalan beriringan. Penelitian ini berlandaskan aspek-aspek *Psychological well-being* oleh Ryff (1995). Keenam aspek ini digunakan dalam menganalisa data yang didapatkan dari P1 dan P2. Berkaitan dengan aspek pertama, yaitu *self-acceptance*, P1 dan P2 memiliki dinamika yang hampir sama. Keduanya mengalami dinamika psikologis yang hampir sama, selama mengalami kekerasan dalam berpacaran berdampak pada kepercayaan diri dan selalu merasa bersalah. Setelah keluar dari hubungan tersebut selama satu tahun P1 dan P2 mulai belajar menerima diri dan memaafkan diri sendiri.

Aspek selanjutnya adalah *positive relations with other people*. Hasil dari analisis data, kedua partisipan sama-sama memiliki dinamika psikologis ketakutan akan memiliki teman baru dan mengalami kebingungan untuk menceritakan tentang kekerasan yang kedua partisipan alami. P1 dan P2 kemudian mulai bisa menjalin hubungan baru termasuk mendapatkan pasangan baru. Kedua partisipan mendapatkan dampak yang positif dari hubungan yang baru dengan pasangan maupun teman dengan adanya support positif. Penelitian ini mendapatkan data berkaitan dengan aspek *autonomy*, kedua partisipan memiliki kemandirian dalam mengambil keputusan untuk mendapatkan bantuan profesional berupa konseling kepada psikolog. Kedua partisipan menyadari akan kebutuhan untuk mengonsultasikan dinamika psikologis yang kedua partisipan alami. Dampak negatif juga terjadi pada kedua partisipan dalam aspek *enviromental mastery*. Data

dari hasil wawancara menunjukkan bahwa P1 melakukan *self-harming*. P1 mengutarakan menyakiti diri sendiri sebagai pengalihan rasa sakit secara psikis yang disebabkan oleh tekanan-tekanan yang didapatkan dari kekerasan dalam berpacaran. Data yang didapatkan dari P2, adanya pernyataan bahwa P2 dapat sewaktu-waktu meluapkan emosi tanpa alasan jelas. Hasil lainnya berkaitan dengan aspek *personal-growth*, kedua partisipan memiliki kesadaran akan pentingnya mengembangkan potensi diri. Mengembangkan potensi diri menurut P1 dilakukan dengan cara mengejar cita-cita dan belajar bahasa asing. P2 mengartikannya sebagai tidak ada salahnya memulai segala sesuatu dari awal. Aspek lainnya adalah *purpose in life*. Kedua partisipan memiliki pemahaman yang berbeda mengenai tujuan hidup. P1 mengartikan tujuan tersebut merupakan apa yang ingin dicapai dimasa depan seperti mengejar pendidikan ke luar negeri. P2 mengartikannya sebagai bagaimana P2 bisa menaikkan *value* yang ada di dalam diri.

Hasil analisis data dari penelitian ini juga menunjukkan bahwa kedua partisipan mendapatkan dampak dan peran positif dari lingkungan sosial dari peran dan fungsi kerabat maupun pasangan baru. Kerabat dan pasangan baru kedua partisipan memberikan pengaruh baik terhadap proses menuju ke *psychological well-being*. Hal ini didukung oleh penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya oleh Hardjo & Novita (2015), mengenai *psychological well-being* akan semakin meningkat jika mendapatkan dukungan positif.

Penelitian ini tidak luput dari keterbatasan dan kendala. Kesulitan menemukan waktu yang tepat untuk partisipan bersedia diwawancara menjadi salah satunya. Kendala kedua, partisipan yang seharusnya menjadi partisipan kedua mengundurkan diri menjadi partisipan dengan alasan kesehatan setelah proses pengambilan data dengan wawancara sudah berjalan sebanyak dua pertemuan. Pengunduran diri partisipan kedua menyebabkan peneliti harus mencari pengganti partisipan kedua.

Berdasarkan dari hasil penelitian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kekerasan dalam berpacaran mempengaruhi *psychological well-being* korban yang menjadi partisipan dalam penelitian ini. Kedua partisipan sama-sama mengalami adanya penurunan dan peningkatan pada keenam aspek dari *psychological well-being*. Meningkatnya *psychological well-being* pada partisipan berawal dari kesadaran dan usaha kedua partisipan untuk menata diri (*personal growth*) dan meningkatkan nilai positif dalam diri untuk mencapai keadaan *well-being* secara psikologis. Dampak positif dan peran kerabat serta pasangan juga berpengaruh pada peningkatan *psychological well-being* korban (*positive relations with other people*), meskipun masih merasakan dampak negatif dari kekerasan dalam berpacaran yang dialami seperti kesulitan mengontrol diri (*emviromental mastery*) . Kedua partisipan menggambarkan adanya kemandirian dalam mengambil keputusan dalam hal meminta bantuan profesional berupa konsultasi engan psikolog (*Autonomy*). Dukungan-dukungan ini yang membuat kedua partisipan menerima keadaan dan diri sendiri (*self-acceptance*) yang kemudian kedua partisipan dapat memiliki pandangan makna hidup dan tujuan dimasa depan (*purpose in life*).

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Bartram, D., & Boniwell, I. (2007). The science of happiness: achieving sustained psychological wellbeing. *In Practice*, 29(8), 478-482.
- [2] Boyatzis, R. E. (1998). *Transforming qualitative information: Thematic analysis and code*

- development. sage.*
- [3] Eddington, N., & Shuman, R. (2005). Subjective Psychological well-being (happiness). *Continuing psychology education*, 6.
 - [4] Foshee, V. A. (1996). Gender differences in adolescent dating abuse prevalence, types and injuries. *Health education research*, 11(3), 275-286
 - [5] Hardjo, S., & Novita, E. (2015). Hubungan dukungan sosial dengan psychological Psychological well-being pada remaja korban sexual abuse. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 7(1), 12-19.
 - [6] Indaryani, S. (2018). Dinamika Psikososial Remaja Korban Kekerasan Seksual. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 3(1), 1-6.
 - [7] Jamaa, L. (2014). Perlindungan korban kekerasan dalam rumah tangga dalam hukum pidana indonesia. *Jurnal Cita Hukum*, 2(2).
 - [8] Karima, M. (2021). Dating Violence: Kekerasan dalam Pacaran yang Menghantui Perempuan. Diakses pada 8 November 2021, dari <https://gaya.tempo.co/read/1494168/dating-violence-kekerasan-dalam-pacaran-yang-menghantui-perempuan>.
 - [9] Komnas Perempuan (2017). Tergerusnya ruang aman perempuan dalam pusaran politik populisme. *Catatan Kekerasan terhadap Perempuan Tahun*.
 - [10] Komnas Perempuan. (2020). Kekerasan meningkat: Kebijakan penghapusan kekerasan seksual untuk membangun ruang aman bagi perempuan dan anak perempuan. *Catatan Tahunan Tentang Kekerasan Terhadap Perempuan*, 1–109.
 - [11] Megawati, P., Anwar, Z., & Masturah, A. N. (2019). Hubungan Regulasi Emosi dengan Perilaku Kekerasan dalam Berpacaran pada Mahasiswa. *Cognicia*, 7(2), 214-227.
 - [12] Pasalbessy, J. D. (2010). Dampak tindak kekerasan terhadap perempuan dan anak serta solusinya. *Jurnal Sasi*, 16(3).
 - [13] Paske, B. A. I. (1982). *Rape and Ritual: A Psychological Study*. Inner City Books.
 - [14] Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current directions in psychological science*, 4(4), 99-104.
 - [15] Safitri, W. A. (2013). Dampak Kekerasan Dalam Berpacaran (Studi Kasus pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Jember).
 - [16] Sakalasatra, P. P., & Herdiana, I. (2012). Dampak psikososial pada anak jalanan korban pelecehan seksual yang tinggal di Liponsos anak surabaya. *Jurnal Psikologi Kepribadian Dan Sosial*, 1(02), 68-72.
 - [17] Setyawati, K. (2010). Studi eksploratif mengenai faktor-faktor penyebab dan dampak sosial kekerasan dalam pacaran (dating violence) di kalangan Mahasiswa.
 - [18] Shinta, D. H., & Bramanti, D. C. (2007). Kekerasan dalam Rumah Tangga. *Jakarta: LBH Apik & Aliansi Nasional Reformasi KUHP*
 - [19] Sindiana, E. L., & Nuqul, F. L. (2020). Luka yang terabaikan: Kajian tentang pengaruh hostile sexism dan kemarahan moral terhadap mitos pemerkosaan. *Psycho Idea*, 18(2), 168-179.
 - [20] Sugiyono, D. (2013). Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D.
 - [21] Taylor, K. A., Sullivan, T. N., & Farrell, A. D. (2015). Longitudinal relationships between individual and class norms supporting dating violence and perpetration of dating violence. *Journal of youth and adolescence*, 44(3), 745-760.
 - [22] World Health Organization. (2002). *The world health report 2002: reducing risks*,

promoting healthy life. World Health Organization.