

BAB I

PENDAHULUAN

Bab pertama dari penelitian ini menguraikan tentang latar belakang penelitian, fenomena kekerasan dalam pacaran, sehingga menemukan apa masalah yang terjadi dan perlu untuk diteliti berupa rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian trauma healing terhadap korban kekerasan dalam pacaran, serta manfaat penelitian.

1.1 Latar Belakang

Dalam fase perkembangan kehidupan manusia, ketertarikan terhadap lawan jenis yang berujung pada hubungan dengan lawan jenis merupakan hal yang umum terjadi. Ketertarikan terhadap lawan jenis umumnya muncul pada saat individu memasuki fase perkembangan remaja. Soetjiningsih (2004), merangkum sebuah kesimpulan umum berdasarkan beberapa teori perkembangan, yaitu bahwa pada fase usia remaja akhir perilaku seksual yang dimiliki oleh individu secara umum sudah berkembang dalam bentuk hubungan personal yang dinamakan pacaran. Pacaran sendiri didefinisikan oleh Sternberg (1996) sebagai hubungan dekat seseorang dengan yang lain, yang didalamnya terdapat cinta yang bermuatan keintiman, nafsu seksual, dan komitmen.

Menurut Lips (Samsi 2012), hubungan pacaran yang dijalani oleh remaja cenderung dimotivasi oleh kesenangan pemenuhan kebutuhan akan kebersamaan, keinginan mengenal lebih jauh pasangannya, keinginan menguji cinta, dan seks. Pernyataan senada mengenai motivasi berpacaran juga dikemukakan oleh Nisa (2008), yaitu bahwa secara umum, alasan utama bagi seseorang untuk berpacaran antara lain adalah untuk menikmati kebersamaan dengan orang lain, kebutuhan penerimaan terhadap lawan jenis, kebutuhan akan adanya rasa aman, serta kebutuhan untuk merasakan cinta dan kasih sayang.

Kenyataannya, kasus kekerasan terhadap perempuan terus meningkat dari tahun ke tahun, termasuk kekerasan dalam hubungan berpacaran. Hal ini nampak dari jumlah secara statistik yang terus bertambah dari tahun ke tahun. Tahun 2017 jumlah kasus yang dilaporkan meningkat sebesar 74 % dari tahun 2016. Jumlah kasus KTP (Kekerasan terhadap Perempuan) 2017 sebesar 348.446, jumlah ini melonjak jauh dibandingkan dengan tahun sebelumnya sebesar 259.150.

Untuk kekerasan di ranah rumah tangga/relasi personal, kekerasan terhadap istri (KTI) menempati peringkat pertama 5.167 kasus (54%), disusul kekerasan dalam pacaran 1.873 kasus (19%), kekerasan terhadap anak perempuan 2.227 kasus (23%) dan sisanya kekerasan mantan suami, kekerasan mantan pacar, serta kekerasan terhadap pekerja rumah tangga.

Pada 8 Maret 2018, Jurnal Perempuan menyelenggarakan acara Pendidikan Publik JP 96 Feminisme dan Cinta sekaligus Perayaan Hari Perempuan Internasional 2018 di Universitas Negeri Jakarta. Dalam sesi diskusi mengenai Feminisme dan Cinta, Sri Nurherwati memaparkan materi dengan judul “Upaya Pencegahan, Penanganan dan Pemulihan Kekerasan dalam Pacaran di tengah Kekosongan Hukum” yang berisi kondisi dan situasi faktual mengenai isu kekerasan dalam pacaran. Sri Nurherwati mengungkapkan berdasarkan laporan yang diterima pengada layanan, sepanjang tahun 2017 angka kekerasan terhadap istri masih menduduki peringkat pertama dalam kasus kekerasan terhadap perempuan. Kekerasan dalam pacaran berada di posisi ketiga setelah kekerasan terhadap anak di posisi kedua.

Adapun bentuk kekerasan yang paling tinggi dalam Kekerasan Dalam Pacaran adalah bentuk kekerasan fisik dan sosial, namun negara melihatnya sebagai permasalahan moral. Annisa (2012) dalam penelitiannya menyatakan bentuk-bentuk kekerasan meliputi kekerasan fisik, kekerasan psikologis, kekerasan ekonomi, kekerasan seksual, dan kekerasan. Dampak dari KDP tersebut terhadap korban perempuan meliputi dampak fisik dan juga psikis.

Kekerasan dalam pacaran seringkali berawal dari politisasi cinta yang ada dalam relasi pacaran, perempuan yang telah dikonstruksi untuk berada di posisi memberi seringkali direspon oleh pasangannya yang menggunakan politik kekuasaan.

Sri Nurhewati dalam acara tersebut, tentang Pendidikan Publik JP 96 Feminisme dan Cinta sekaligus Perayaan Hari Perempuan Internasional 2018 di Universitas Negeri Jakarta, dari Komnas Perempuan juga menyatakan bahwa 85% kekerasan pada perempuan yang terjadi setelah menikah bisa berawal dari kekerasan yang diterima pada masa pacaran. Kekerasan dalam hubungan relasi ini menjadi rantai yang harus ditekan dan diputuskan guna mengurangi angka kekerasan dalam hubungan tingkat pernikahan.

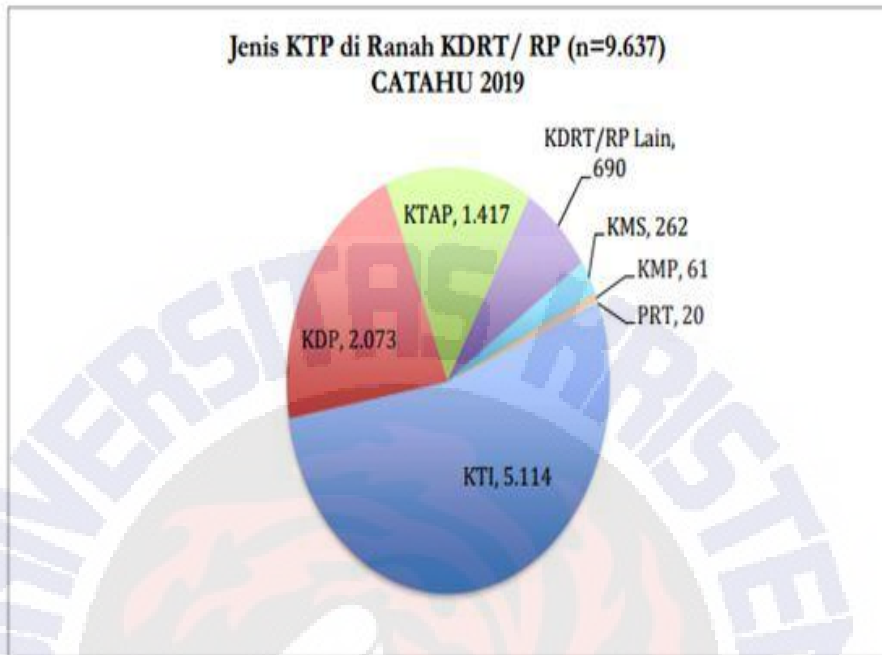
Jumlah Kekerasan Terhadap Perempuan Tahun 2018 dalam CATAHU 2019



Keterangan: Diagram berdasarkan data dari Badilag dan data kuesioner yang diterima Komnas Perempuan dari tahun ke tahun.

Gambar 1.1 Jumlah Kekerasan Terhadap Perempuan Tahun 2018

Dari diagram terlihat kekerasan terhadap perempuan dari tahun 2007 sampai tahun 2018 mengalami peningkatan. Misal pada tahun 2018 sendiri dalam CATAHU 2019 mengalami peningkatan yaitu sebesar 406.178 kasus naik sekitar 14% dibandingkan dengan tahun sebelumnya (Catahu 2018) yaitu sebesar 348.446.



Gambar 1.2 Jenis Kekerasan terhadap Perempuan

Gambar 1.2 menunjukkan pada tahun 2018 KTAP yang dilaporkan adalah sebesar 1.417 kasus. KTI tetap menempati posisi pertama sebanyak 5.114 kasus, di tahun ini KDP meningkat menjadi 2.073 kasus dibandingkan tahun 2017 sebesar 1.873 kasus. Walau sedikit berbeda pola ini sama seperti tahun lalu dimana kekerasan terhadap istri (KTI) menempati persentase tertinggi yaitu 53% (5.114), diikuti kekerasan dalam pacaran (KDP) 21% (2.073).

Dalam CATAHU 2019, data yang dihimpun oleh Komisi Nasional (Komnas) anti kekerasan terhadap perempuan di Indonesia menunjukkan dari total 406.178 kasus kasus kekerasan terhadap perempuan yang dikompilasi Komnas Perempuan pada tahun 2018, sebanyak 392.610 kasus atau 96% adalah data Pengadilan Agama (PA) dan 13.568 kasus atau 3% adalah data yang berasal dari 209 lembaga mitra penyedia layanan yang mengisi dan mengembalikan formulir pendataan Komnas Perempuan. Dari data berdasarkan kuesioner tersebut tampak kekerasan terhadap Perempuan di tahun 2018 dalam Catahu 2019 mengalami peningkatan yaitu sebesar 406.178 kasus naik sekitar 14% dibandingkan dengan tahun sebelumnya (Catahu 2018) yaitu sebesar 348.446.

Selain data di atas, hasil temuan melalui data monitoring *Legal Resource Center* untuk Keadilan Jender dan Hak Asasi Manusia (LRC-KJHAM) yang tercatat sejak tahun 2013-2018 terdapat 2.289 kasus kekerasan terhadap perempuan dengan 4.427 perempuan korban kekerasan. Adapun 50% nya, 2.454 perempuan adalah korban kekerasan seksual. Artinya, di Jawa Tengah, setiap hari ada 1 sampai 2 perempuan menjadi korban kekerasan seksual. Kabupaten Wonogiri tercatat sebanyak 20 kasus atau 9,12%, Kabupaten Salatiga, Kabupaten Pati, dan Kabupaten Semarang terdapat 12 kasus atau 7,10%, disusul Kabupaten Blora dan Kabupaten Pekalongan sebanyak 10 kasus atau 2,26%.

Konsekuensi yang ditimbulkan akibat kasus kekerasan dalam pacaran sangat serius. Di antaranya adalah kehamilan yang tidak diinginkan. Menurut WHO (2013), dari 38% kehamilan yang terjadi di dunia setiap tahunnya merupakan kehamilan yang tidak diinginkan. Angka ini mencapai 80 juta kehamilan per tahunnya. WHO juga menambahkan, dari jumlah kehamilan yang tidak diinginkan itu, per tahunnya ada 34 juta jiwa kelahiran yang tidak dikehendaki, 4 juta jiwa berakhir dengan keguguran, dan 42 juta janin diaborsi. Sementara di Indonesia, menurut Sinaga (2010), diperkirakan ada 1 juta remaja yang hamil di luar nikah setiap tahunnya. Sedangkan menurut United Nations (2011), diperkirakan ada 1,7 juta perempuan di bawah usia 24 tahun hamil dan melahirkan setiap tahunnya di Indonesia, dan sekitar 500 ribu diantaranya masih berusia remaja.

Dari fenomena data kekerasan terhadap perempuan di atas, maka perlu dilakukan penelitian lebih jauh tentang kekerasan terhadap perempuan, dalam hal ini kekerasan dalam pacaran. Penelitian ini mempertajam dan melengkapi hasil-hasil riset dari 3 tahap penelitian sebelumnya, dibawah payung hibah dikti.

Penelitian tahap pertama (2016), merupakan tahap membangun model pencegahan dan perlindungan korban kekerasan dalam pacaran (KDP). Penelitian ini meliputi kajian psikoanalisa (Talise, 2016), *transpersonal psychology* (Susilowati, 2016), dan kajian kelekatan etologi Bowlby (Putri, 2016).

Penelitian tahap kedua (2017), merupakan tahap *redesain* model penanganan KDP, output, dan intervensi. Penelitian ini meliputi logoterapi, *peer group*, *writing therapy*, dan *parenting*. Selanjutnya pada penelitian tahap ketiga (2018), merupakan tahap intervensi, output, dan diseminasi model penanganan KDP. Penelulian ini meliputi forgiveness, CBT, ACT, dan rekonsiliasi.

Pada tiga tahap penelitian sebelumnya tersebut, fenomena kekerasan dalam pacaran yang terjadi tersebut dilihat dari *framework* teori ekologi Bronfenbrenner. Teori ekologi ini mengamati masalah kekerasan dalam pacaran dari berbagai aspek, seperti aspek individual, lingkungan, situasional, dan faktor-faktor sosiokultural terkait lainnya. Banyard (2011) dalam penelitiannya juga mengatakan bahwa teori ekologi dapat menjadi sebuah *framework* yang dapat digunakan untuk memahami fenomena kekerasan dalam pacaran dengan cara mengeksplorasi konteks dimana berada, mulai dari mikrosistem sampai makrosistem.

Adapun teori ekologi Bronfenbrenner (1977) ini terdiri dari empat sistem yang saling berelasi satu sama lain, yaitu: 1) Mikrosistem (lapisan terdalam dalam teori ekologi yang terdiri dari lingkungan dimana individu berinteraksi secara langsung dengannya, contohnya seperti lingkungan rumah, sekolah, dan tempat bekerja), 2) Mesosistem (inter-relasi dan interaksi dari dua atau lebih mikrosistem, seperti interaksi antara lingkungan rumah dan sekolah). 3) Eksosistem (konteks lingkungan dimana individu tidak memiliki kontak secara langsung dengan konteks ini, tetapi tetap memiliki dampak terhadap individu tersebut, seperti komunitas yang lebih luas dimana individu tinggal), dan 4) Makrosistem (lapisan terluar dalam teori ekologi yang terdiri dari nilai-nilai budaya pada konteks masyarakat yang lebih umum). Pada tahun 1955, Bronfenbrenner menambahkan sistem kelima yaitu dalam teori ini yaitu kronosistem, yang mendeskripsikan kejadian-kejadian historis dan masa-masa transisi yang dapat memberi dampak pada sistem-sistem yang lainnya.

Tiga tahapan penelitian sebelumnya menjelaskan bahwa inti permasalahannya adalah KDP sudah menjadi sebuah *trend* dalam perilaku berpacaran, sehingga menimbulkan pengalaman traumatis berkepanjangan dari sisi korban. Intervensi untuk pemulihan korban KDP dari penelitian sebelumnya belum sepenuhnya mampu menghapus pengalaman traumatis korban sehingga perlu melakukan intervensi *trauma healing* untuk menangani trauma tersebut. Dalam hal ini peneliti melakukan trauma healing dengan menggunakan pendekatan *cognitive behavior* dalam psikoterapi dengan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

Kekerasan terhadap pasangan terjadi, salah satu faktor yang mendukung adalah adanya budaya patriarki. Seperti diketahui, dalam sejarah, manusia, baik laki-laki atau perempuan tumbuh dalam dunia yang telah dikonstruksikan oleh lingkungan sosial sejak mereka dilahirkan. Kontruksi tersebut tidak dapat dipisahkan dari budaya patriaki yang dianut sebagian besar masyarakat Indonesia, dimana laki-laki dianggap lebih

berkuasa dibanding perempuan. Hal tersebut kadang menimbulkan kekerasan terhadap pasangan, baik yang sudah menikah ataupun belum.

Adapun kekerasan dalam pacaran dapat terjadi dalam beberapa bentuk, seperti kekerasan fisik, kekerasan psikologis, kekerasan ekonomi, kekerasan seksual, dan kekerasan *stalking* (Annisa, 2012). Selain itu, dampak dari kekerasan dalam pacaran terhadap korban perempuan meliputi dampak fisik dan juga psikis. Dari berbagai temuan, pernyataan pernyataan tersebut dijelaskan oleh Marcelina (2008) menemukan bahwa dampak psikologis yang terjadi pada korban kekerasan seksual adalah kecemasan, rasa bersalah, kekaburan identitas, kesedihan, depresi, serta rasa malu.

Penelitian lain, salah satunya dilakukan oleh Ayu, Hakimi dan Hayati (2012) menemukan bahwa korban yang mengalami kekerasan dalam pacaran, memiliki berbagai reaksi psikologis seperti merasa takut, sering menangis, susah tidur, membenci laki-laki, tidak percaya pada laki-laki, ada rasa curiga terhadap laki-laki yang ingin mendekat, dan keterpaksaan untuk melakukan hubungan seksual. Hal tersebut dikuatkan oleh penelitian tentang reaksi psikologis yang muncul segera setelah individu mengalami kekerasan seksual. Bentuk-bentuk perasaan yang muncul diantaranya adalah *shock*, tidak percaya, menyangkal, merasa ketakutan, bingung, cemas, dan menarik diri (Balise dalam Kendall-Tackett, 2005). Dampak psikologis lainnya pada korban kekerasan adalah korban seringkali merasakan harga dirinya rendah, merasa bersalah, malu, mengalami gangguan tidur, simtom-simtom gangguan stres pasca trauma, dan permasalahan seksual (Kendall-Tackett, 2005).

Dewi (2018) dari hasil penelitiannya, menyatakan dampak yang terjadi pada remaja korban kekerasan berpacaran merupakan individu yang berpotensi untuk mengalami gangguan psikologis yang berat. Apabila tidak diatasi dengan lebih cepat, maka kecemasan, ketakutan, rendahnya *selfesteem*, dan berbagai reaksi *pasca* trauma yang terjadi pada korban kekerasan akan semakin meluas ke seluruh kehidupan remaja dan mempengaruhi kesejahteraan dirinya.

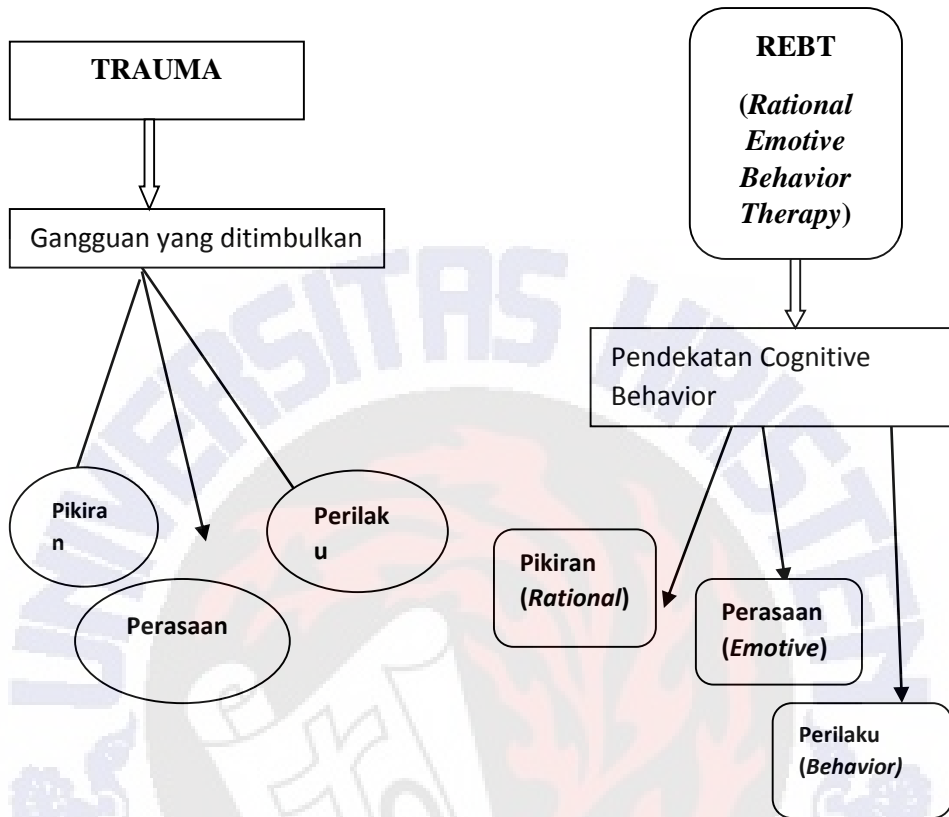
Dari pemaparan di atas, berbagai model penanganan kasus kekerasan yang diupayakan pemerintah untuk menangani kasus KDP sebagian besar hanya berupaya untuk memberikan sanksi hukum terhadap pelaku kekerasan dan penanganan fisik pada korbannya. Sedangkan untuk dampak secara psikologis masih perlu diperhatikan lagi. Padahal dampak psikologis ini yang terjadi pada korban sering kali berlangsung lebih lama dibandingkan dengan dampak fisik. Salah satu dampak psikologis dari

kekerasan dalam pacaran yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah trauma.

Pengalaman traumatis itu merupakan pengalaman menyakitkan yang dapat membuat seseorang tidak bahagia dalam hidupnya. Individu yang mengalami trauma cenderung melakukan penghindaran, cemas yang tinggi, depresi, selalu teringat kejadian yang menyakitkan, rasa waspada yang berlebihan, dan mati rasa emosi (Litz, 1992). Pengalaman traumatis merupakan peristiwa atau kejadian yang menekan di luar pengalaman manusia pada umumnya seperti perkosaan, bencana alam, kecelakaan, kekerasan seksual, perang atau penyiksaan (Barabaz et al, 2011; Carll, 2007).

Dalam suatu kesempatan, Sondang Irene E (2003), dan kawan-kawan menyatakan bahwa pengalaman traumatis menggoncangkan dan melemahkan pertahanan individu dalam menghadapi tantangan hidup sehari-hari. Efek lain yang dirasakan ketika mengalami trauma adalah dengan tidak mampunya seseorang dalam mengontrol emosi. Penelitian menunjukkan ketika seseorang mengalami trauma, ada bagian dari otak yang mengatur emosi menjadi semakin aktif dan tidak terkendali (Barabaz, 2011).

Dari kenyataan di atas, maka peneliti mengambil penelitian ini yaitu mengenai salah satu bentuk terapi untuk memulihkan trauma, yaitu dengan pendekatan *behavior* kognitif berupa *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Terapi tersebut berdasarkan teori REBT yang diciptakan oleh psikolog klinis bernama Albert Ellis. Pendekatan *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah pendekatan *behavior* kognitif yang menekankan pada keterkaitan antara perasaan, tingkah laku dan pikiran. Hal ini berkaitan dengan gangguan yang diakibatkan trauma berupa gangguan emosi, pikiran, dan perilaku. Adapun keterkaitan mengenai gangguan yang ditimbulkan dari trauma yang dialami dengan psikoterapi REBT adalah seperti pada gambar berikut di bawah ini:



Gambar 1.3 Keterkaitan gangguan akibat trauma dengan teknik REBT

Pada pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) ini, korban kekerasan dalam pacaran diajak untuk menyelesaikan emosi negatifnya dengan prinsip dasar terapi ini yaitu dengan menekankan pada proses belajar dalam melatih keterampilan untuk melakukan perubahan pola pikir yang tidak rasional (irasional) dan mengembalikannya kepada pola pikir yang rasional, serta mempelajari cara yang lebih efektif dalam mengatasi masalah atau gangguan emosinya.

REBT menjelaskan bahwa pemikiran tidak rasional dapat didebat, dijelaskan dan diajari melalui proses argumentasi, pekerjaan rumah, perubahan bahasa/ Pernyataan diri yang positif (Froggatt, 2005). Secara umum pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* adalah untuk membantu subyek dalam memodifikasi pernyataan diri, keyakinan dasar dan filsafat hidup (Safford, 2007). Dengan menempatkan kondisi emosi ke dalam kerangka berpikir rasional (Ellis, 1990), subyek diharapkan

untuk dapat menampilkan perilaku yang rasional juga (Iacoviello, 2009). Kemudian masalah yang dihadapi diharapkan dapat menjadi lebih ringan atau bahkan menjadi sehat seutuhnya (De Boni, 2005). Selain itu, Kristiana (2007) menjelaskan bahwa REBT merupakan alternatif terapi bagi korban kekerasan dalam pacaran. Sedangkan Anggreiny (2013) menunjukkan bahwa REBT dapat meningkatkan kemampuan regulasi emosi pada remaja korban kekerasan seksual. Pada pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT).

Pada penelitian Hyland (2014) yang dilakukan bersama teman-temannya secara langsung menguji prediksi terpusat dari terapi perilaku emotif rasional (REBT) yang telah menerima sedikit perhatian empiris mengenai keyakinan inti dan menengah dalam pengembangan gejala stres *pasca* trauma. Model REBT yang konsisten secara teoritis dari gangguan stres *pasca* trauma (PTSD) diperiksa menggunakan teknik pemodelan persamaan struktural di antara sampel 313 personel militer dan penegak hukum yang mengalami trauma. Hasil menunjukkan bahwa keyakinan menuntut (*demands*) secara tidak langsung memengaruhi berbagai kelompok gejala PTSD melalui seperangkat keyakinan irasional sekunder yang mencakup bencana, toleransi frustrasi rendah, dan keyakinan depresiasi. Hasil yang konsisten dengan prediksi teori REBT dan memberikan dukungan empiris yang kuat bahwa variabel kognitif yang dijelaskan oleh teori REBT adalah konstruksi kognitif kritis dalam prediksi gejala PTSD.

Pada penelitian lain, Sudiatmika (2013) melakukan penelitian eksperimen kuasi terhadap 60 responden perilaku kekerasan di Rumah Sakit Dr. H. Marzoeqi Mahdi Bogor. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa pemberian CBT dan REBT dapat menurunkan gejala perilaku kekerasan dibandingkan dengan responden yang tidak mendapatkan intervensi CBT dan REBT. Selain itu, kemampuan kognitif, afektif, dan perilaku klien yang mendapatkan CBT dan REBT meningkat secara bermakna. CBT dan REBT direkomendasikan sebagai terapi keperawatan pada klien perilaku kekerasan dan halusinasi.

Berdasarkan dari beberapa penelitian tersebut diatas maka pada penelitian yang akan dilakukan ini dijelaskan kembali akan menggunakan *Rational Emotive Behaviour Therapy* untuk mengatasi permasalahan trauma akibat kekerasan dalam pacaran terhadap korban.

Adapun kebaruan dari penelitian tentang trauma healing terhadap korban kekerasan dalam pacaran yang akan dilakukan ini, adalah:

1. Penelitian sebelumnya (jurnal-jurnal terdahulu) tentang *trauma healing* terhadap korban kekerasan dalam pacaran masih jarang diangkat.
2. *Trauma healing* pada penelitian sebelumnya lebih kepada para korban bencana alam, atau konflik sosial. Biasanya disebut *post traumatic stress disorder* (PTSD) atau gangguan *stress pasca trauma*.
3. Pada penelitian sebelumnya, dari jurnal-jurnal terdahulu, kebanyakan terapi kognitif pada korban atau pelaku pada kasus kekerasan dalam rumah tangga (KDRT).

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana kondisi trauma korban kekerasan dalam pacaran (KDP) ditinjau dari perspektif REBT?
2. Bagaimana implementasi REBT untuk memulihkan trauma korban kekerasan dalam pacaran?
3. Bagaimana refleksi korban KDP dalam pemulihan trauma setelah mendapatkan intervensi atau terapi REBT?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Mengidentifikasi kondisi trauma korban kekerasan dalam pacaran dari perspektif REBT
2. Melakukan intervensi REBT terhadap korban kekerasan dalam pacaran yang mengalami trauma
3. Refleksi korban KDP setelah dilakukan intervensi REBT

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

Penelitian ini dapat memperkaya ilmu dan informasi di bidang psikologi tentang *trauma healing* terhadap korban kekerasan dalam pacaran pada khususnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat membantu korban kekerasan dalam pacaran dalam mengatasi trauma yang dialami, sehingga mereka dapat menjalani kehidupan dengan normal kembali karena masa depan mereka masih panjang sebagai generasi penerus bangsa. Selain dapat melakukan terapi terhadap diri sendiri, mereka juga bisa menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari dan membantu perempuan lain yang mengalami kekerasan dalam pacaran.