



Resiliensi Psikologis Perempuan Yang Mengalami Kekerasan Dalam Berpacaran (Studi Kasus Pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember)

Syaidah

Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq, Jember, Indonesia

*E-mail: syaidaa9@gmail.com

Keywords

Psychology
Resilience, Violence
in Dating; Women.

Abstract

Students who engage in romantic relationships with hopes of finding motivation from their partners often find themselves subjected to various forms of violence, including psychological, physical, economic, and sexual abuse. However, students who experience such violence have the ability to rise from adversity, a capacity known as resilience. The aim of this research is to explore the types of violence experienced by students at UIN Kiai Haji Achmad Siddiq in Jember during romantic relationships and to understand the psychological resilience of women who experience violence in such relationships. This study employs a descriptive qualitative approach to analyze the psychological resilience of women following experiences of violence in romantic relationships. Subjects were selected through purposive sampling, targeting female students at UIN Kiai Haji Achmad Siddiq who have experienced violence during dating. Data collection techniques include semi-structured interviews, participatory observation, and documentation. The study reveals that violence experienced by students in romantic relationships includes psychological, physical, economic, and sexual violence, such as coercion into sexual activities. Psychological resilience among women experiencing violence in romantic relationships is demonstrated through behaviors such as emotional regulation, impulse control, optimism, empathy, engaging in various activities, self-efficacy, and reaching out for support.

Kata Kunci

Kekerasan Dalam
Berpacaran;
Perempuan;
Resiliensi Psikologis.

Abstrak

Mahasiswa yang berpacaran dengan harapan mendapat motivasi dari pasangan, namun faktanya mahasiswa tersebut mendapat tindakan kekerasan dari pasangan yang berupa kekerasan psikologis, fisik, ekonomi, dan seksual. Namun mahasiswa yang mengalami tindak kekerasan memiliki kemampuan untuk bangkit dari keterpurukan, kemampuan tersebut dinamakan resiliensi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana bentuk kekerasan yang dialami oleh mahasiswa Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember selama berpacaran dan mengetahui bagaimana gambaran resiliensi psikologis perempuan yang mengalami kekerasan dalam berpacaran. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif karena menganalisis gambaran resiliensi psikologis perempuan setelah mengalami kekerasan dalam berpacaran. Teknik pengumpulan subjek penelitian dengan purposive sampling, yakni subjek yang sesuai dengan kriteria yang sudah ditentukan, yakni mahasiswi UIN Kiai Haji Achmad Siddiq yang mengalami kekerasan selama proses pacaran. Adapun teknik pengumpulan data menggunakan wawancara semi terstruktur, observasi partisipatif, dan dokumentasi. Penelitian memperoleh hasil bahwa kekerasan yang dialami oleh mahasiswa saat menjalani hubungan pacaran yakni berupa: kekerasan psikologis, kekerasan fisik, kekerasan ekonomi dan kekerasan seksual seperti dipaksa untuk



melakukan kegiatan seksual. Adapun gambaran resiliensi psikologis perempuan yang mengalami kekerasan dalam berpacaran ditunjukkan dengan perilaku, seperti mampu melakukan regulasi emosi, pengendalian impuls, optimis, dan empati mampu menyebabkan masalah, meakukan banyak aktifitas, efikasi diri, reaching out.

Pendahuluan

Mahasiswa dapat diartikan sebagai individu yang tengah menggali ilmu di perguruan tinggi, terkadang tidak jarang mahasiswa menjadi stress karena tugas-tugas yang menumpuk. Karena itulah terkadang mahasiswa membutuhkan dukungan atau motivasi, baik dari diri sendiri atau dari keluarga, teman bahkan dari pasangan.¹ Mahasiswa yang berpacaran ini memiliki tujuan untuk mendapatkan motivasi dari pasangannya, mempunyai rasa cinta yang membara terhadap seseorang, dan berpacaran juga sebuah ikatan perjanjian untuk saling mencintai, saling mempercayai, saling setia, saling menghormati satu sama lain, sebagai jalan untuk menuju kepernikahan yang sah.² Namun faktanya mahasiswa yang sedang menjalani proses berpacaran tersebut justru mendapatkan tindak kekerasan dari pasangannya. Menurut Jill Murray, kekerasan dalam berpacaran merupakan penggunaan cara kekerasan yang di sengaja dengan menggunakan kekerasan fisik untuk menguasai atau kontrol berlebih terhadap pasangan.³ Sedangkan menurut Sony Set, menjelaskan bahwa kekerasan dalam berpacaran dilakukan untuk mengendalikan dan mengatur pasangannya agar menuruti semua keinginan dan kemauan.⁴

Kekerasan tersebut berupa kekerasan psikologis, kekerasan fisik, kekerasan ekonomi, dan kekerasan seksual. Kekerasan yang mereka dapatkan berupa; kekerasan psikis, seperti; dihina, pasangan yang cemburu atau curiga secara berlebihan, kontrol yang juga berlebihan terhadap pasangan, hingga pada perkataan yang kasar. Tidak hanya itu saja, tetapi mahasiswa mengalami kekerasan fisik, seperti; dipukul, ditampar, dilukai, dicubit, dan sebagainya. sedangkan kekerasan ekonomi yang dihadapi oleh mahasiswa yang berpacaran, diantaranya pasangan terlalu mengatur keuangan, meminta dan meminjam uang tanpa pernah dikembalikan, hingga pada perilaku memeras dan memanfaatkan pasangan. Kekerasan berpacaran lainnya yaitu kekerasan seksual, perilaku yang di munculkan adalah pasangan memaksa mencium korban, memaksa korban untuk berhubungan badan.⁵ Kekerasan pada saat berpacaran sebagian besar korbannya terjadi pada perempuan, karena perempuan dipandang sebagai makhluk yang penuh dengan lemah lembut, penuh kasih dan sayang, dan mudah tersentuh sebab melibatkan hati dalam melakukan sesuatu, sehingga menjadi alasan utama terjadinya

¹ Elizabeth B. Hurlock. *Psikologi Perkembangan Dalam Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: PT Erlangga, 1992.

² Iis Ardianita dan Rudi Andayani. "Kepuasan dalam Pernikahan Ditinjau dari Berpacaran dan Tidak Berpacaran" *Jurnal Psikologi*, Volume 32, No. 2, 101-111.

³ Jill Murray, *But, I Love Him*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2008), 20.

⁴ Sony Set, *Teen Dating Violence*, (Yogyakarta: Kanisius, 2009), 135.

⁵ Poerwandari, E.K. *Kekerasan terhadap Perempuan: Ditinjau Psikologi Feministik, dalam Sudiarti Luhulima (ed) Pemahaman dalam bentuk Tindak Kekerasan pada Perempuan dan Alternatif Pemecahannya*. Jakarta: Kelompok Kerja Convention Watch. Pusat Kajian Wanita dan Gender. Universitas Indonesia, 2000.

tindakan kekerasan terhadap perempuan.⁶ Mahasiswa yang mengalami kekerasan dalam berpacaran, mereka mencoba untuk mengakhiri hubungannya, namun beberapa mahasiswa kerap mengalami trauma untuk menjalin hubungan yang baru kembali. Tetapi ada juga yang bertahan, karena hubungan yang terlalu lama, dan mereka berharap pasangannya dapat membentuk individu yang lebih baik lagi dan tidak mengulangi atau melakukan tindak kekerasan.⁷ Mahasiswa yang pernah mendapatkan tindakan kekerasan pasti akan mengalami trauma, baik itu secara psikologis ataupun secara fisik. Namun mahasiswa dapat pulih dari perasaan traumanya dengan menerima dan berusaha untuk bangkit dari pengalaman terpuruknya dan dapat merubahnya menjadi suatu hal yang lebih positif.⁸

Kekuatan dalam melewati situasi yang tidak mudah, penuh dengan tekanan, bahkan mampu untuk bangkit dari masa kepedihan atau trauma yang ada dalam kehidupannya disebut dengan kemampuan “Resiliensi”. Menurut Reivich dan Shatte, resiliensi menggambarkan kemampuan seseorang dalam menganggapi kesulitan atau trauma yang dihadapinya dengan cara-cara yang sehat dan produktif. Seseorang yang mempunyai kemampuan untuk resiliensi akan dapat mengelola emosinya dengan baik.⁹ Grotberg (dalam Wiwin Hendriani) menyatakan bahwa kemampuan resiliensi yang dimiliki seseorang tersebut untuk menghadapi atau mengatasi suatu permasalahan, sehingga seseorang akan lebih tangguh ketika menghadapi suatu rintangan atau hambatan yang terjadi dalam hidupnya. Setiap individu mempunyai kekuatan untuk menjadi individu yang resilien, dan sanggup untuk belajar dalam mengatasi berbagai hambatan yang terdapat didalam hidupnya, maka akan menjadi resilien, individu yang mempunyai kekuatan resiliensi yang tinggi dapat mendorong individu tersebut untuk bangkit dari masa keterpurukannya.¹⁰

Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan pendekatan jenis kualitatif yang bersifat deskriptif. Hal ini untuk menganalisis bagaimana bentuk resiliensi psikologis perempuan setelah mengalami kekerasan dalam berpacaran. Lokasi penelitian dilakukan di Universitas Islam Negeri K.H Achmad Siddiq Jember. Pemilihan subjek penelitian menggunakan teknik *purposive sampling*, yang dilakukan untuk memilih subjek supaya sesuai dengan tujuan serta syarat penelitian, yakni mahasiswi Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember yang pernah mendapatkan kekerasan dalam berpacaran Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi. Sedangkan keabsahan data menggunakan teknik triangulasi

⁶ Zaituna Subhan. *Kekerasan Pada Perempuan*. Yogyakarta: Pustaka Pesantren, 2004.

⁷ Deborah Sinclair. *Memberdaya Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga/Hubungan Intim* (terjemahan). Jakarta: Program Kajian Wanita PP-VI, 2008.

⁸ Santrock, John W. *Remaja*. Jakarta: Erlangga, 2007.

⁹ Intan Permata Indah Sari. “Kekerasan pada saat Hubungan Berpacaran di Kalangan Mahasiswa: Studi Refleksi Pengalaman Perempuan”, *Jurnal Dimensia*, Vol. 2, No.1, 70. (2018).

¹⁰ Hendriani, Wiwin. *Resiliensi Psikologis*. Prenadamedia Group, 2018.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan data observasi dan wawancara yang peneliti peroleh bentuk tindak kekerasan pada saat berpacaran yang didapat oleh subjek penelitian dalam proses berpacaran sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh E.K Poerwandari, yaitu kekerasan psikologis, fisik, ekonomi, dan seksual. Berdasarkan data observasi dan wawancara yang peneliti peroleh dari subjek penelitian, sebagai berikut :

- a) Kekerasan psikologis, yang dialami oleh subjek selama menjalani proses berpacaran, seperti dihina dengan perkataan kasar yang mengarah pada tolol, gendut, jelek, kulitnya hitam, wajahnya berjerawat. Cemburu atau curiga secara berlebihan, sikap posesif, mengekang, melarang, mengendalikan ruang gerak subjek, mengecek ponsel, dibentak atau dimarahi ketika tidak menuruti perkataan pasangannya.
- b) Kekerasan fisik, yang dialami oleh subjek selama menjalani proses berpacaran, seperti dicubit, dipukul, didorong ke dinding, menggenggam atau menarik tangan, serta jilbab subjek sampai ditarik oleh pasangannya.
- c) Kekerasan ekonomi, yang dialami oleh subjek selama menjalani proses berpacaran, seperti dimanfaatkan keuangannya, diminta untuk membiayai kebutuhan pasangan, meminjam uang tanpa pernah dikembalikan, dan mengatur keuangannya.
- d) Kekerasan seksual, yang dialami oleh subjek selama menjalani proses berpacaran, seperti disentuh pada area yang tidak sewajarnya, bahkan dipaksa untuk melakukan kegiatan seksual.

Hal ini juga senada dengan teori yang diterbitkan oleh Jill Murray yakni kekerasan pada saat proses berpacaran berlangsung ialah pemanfaatan cara kekerasan yang disengaja dengan menggunakan kekerasan fisik untuk melakukan kontrol berlebih pada pasangan. Kekerasan ini seperti rayuan dan ancaman bahkan sampai pada memukul atau menampar.¹¹

Individu yang mengalami tindak kekerasan akan mendapat trauma, namun individu tersebut berusaha untuk bangkit dari perasaan traumanya. Menurut hasil dari observasi dan wawancara dengan subjek yang peneliti lakukan adalah individu dapat bangkit dari pengalaman traumatiknnya, hal tersebut dinamakan "Resiliensi" yang sesuai dengan teori Reivich dan Shatte. Terdapat bentuk kemampuan resiliensi yang peneliti dapatkan dari subjek penelitian, diantaranya sebagai berikut :

- a. Regulasi emosi, subjek melakukan beberapa usaha untuk pulih atau bangkit dari masa terpuruknya setelah mengalami kekerasan saat menjalani hubungan berpacaran dengan cara mengontrol emosinya dengan baik, melakukan banyak aktifitas, fokus dalam mengikuti kegiatan kuliah, bersosialisasi atau menjalin hubungan secara baik dengan orang lain, menumbuhkan atau meningkatkan kehidupan menjadi lebih positif.
- b. Pengendalian impuls, dapat mengendalikan keinginannya seperti melakukan per-

¹¹ Jill Murray. *But, I Love Him. (terjemahan)* Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2008.

lawanannya pada saat mendapat kekerasan dari pasangannya dan mampu membedakan keinginan yang harus dipenuhi atau tidak.

- c. Optimisme, subjek mampu dalam melewati masalah-masalah yang menyimpannya dan berharap menjadi lebih baik untuk masa depannya setelah melewati masa keterpurukan.
- d. Analisa penyebab masalah, subjek dapat menganalisa terlebih dulu masalah yang ia alami, lalu mencari solusi atau jalan keluar dari masalah yang menyimpannya.
- e. Empati, subjek memiliki kemampuan untuk berempati terhadap orang lain, dengan memahami kondisi orang lain yang pengalamannya sama dengan dirinya.
- f. Efikasi diri, subjek memiliki kemampuan efikasi diri yaitu mampu memecahkan masalah hingga berhasil dan yakin dapat lepas dari permasalahan tersebut.
- g. *Reaching out*, subjek dapat untuk mengambil hikmah dari masa-masa terpuruk yang menyimpannya, seperti menjadikan pengalaman tersebut dengan pembelajaran yang lebih baik untuk masa depannya, dan subjek dapat terlatih dalam menangani suatu permasalahan.

Menjadi individu yang resilien tentu tidak terlepas dari peran berbagai pihak, yakni subjek mendapat dukungan baik itu dari orang-orang terdekatnya ataupun kekuatan yang ada pada diri sendiri. Terdapat dorongan dari orang terdekatnya yang tahu penyebab masalah-masalah yang dialami oleh subjek, dapat membuat subjek bangkit dari keterpurukan. Adanya kekuatan yang ada dalam diri subjek juga berdampak pada proses resiliensi mereka, setelah mengalami kekerasan pada saat menjalin hubungan pacaran, serta kemampuan untuk dapat menganalisa permasalahan dan memecahkan masalah tersebut juga dapat membantu subjek dalam membantu melewati trauma yang menyimpannya. Hal itu juga selaras dengan teori yang disampaikan oleh Grotberg (dalam Wiwin Hendriani), dalam membentuk individu menjadi resilien ada tiga sumber yang mempengaruhi yakni *I have, I am, dan I can*, ketiga sumber itu berkaitan dalam menentukan resiliensi individu.¹²

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan tentang resiliensi psikologi para perempuan yang mengalami kekerasan dalam berpacaran studi kasus pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, dapat di peroleh kesimpulan bahwa mahasiswa mendapat kekerasan berupa kekerasan psikologis, kekerasan fisik, kekerasan ekonomi, dan kekerasan seksual. Pengalaman buruk dari proses pacaran yang dialami oleh mahasiswa tentu berdampak pada kondisi psikologisnya, seperti kesedihan yang mendalam dan rasa traumatik. Namun dari beberapa sumber informan diperoleh keterangan bahwa mereka berusaha untuk segera bangkit dari rasa traumatik yang dialami, seperti berusaha melakukan aktifitas, mengontrol emosinya dengan baik, bersosialisasi atau menjalin hubungan secara baik dengan orang lain, menumbuhkan atau meningkatkan kehidupan menjadi lebih positif. dapat menganalisa

¹² Hendriani, Wiwin. *Resiliensi Psikologis*. Prenadamedia Group, 2018.

terlebih dulu masalah yang ia alami, lalu mencari solusi atau jalan keluar dari permasalahan yang sedang menimpanya, dan dapat mengambil segi positif atau hikmah dari peristiwa yang menimpanya. Kemampuan resiliensi ini, bersumber dari dalam dirinya sendiri (internal) yakni kemauan untuk keluarga dari kesulitan, kesedihan, keterpurukan dan dari lingkungan sosialnya seperti dukungan teman dan keluarga.

Daftar Pustaka

- Ardianita, Iis dan Andayani. (2005) *Kepuasan Pernikahan Ditinjau dari Berpacaran dan Tidak Berpacaran*” Jurnal Psikologi, Volume 32, No. 2, 101-111.
- Hurlock, B. Elizabeth. (1992). *Psikologi Perkembangan Dalam Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: PT Erlangga.
- Hendriani, Wiwin. (2018). *Resiliensi Psikologis*. Prenadamedia Group.
- Murray, J. (2008). *But, I Love Him. (terjemahan)* Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Poerwandari, E.K. (2000). *Kekerasan terhadap Perempuan: Ditinjau Psikologi Feministik, dalam Sudiarti Luhulima (ed) Pemahaman dalam bentuk Tindak Kekerasan terhadap Perempuan dan Alternatif Pemecahan*. Jakarta: Kelompok Kerja Convention Watch. Pusat Kajian Wanita dan Gender. Universitas Indonesia.
- Santrock, John W. (2007). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Erlangga, 2007.
- Sugiyono, (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung; Penerbit Alfabeta.
- Subhan, Zaituna. (2004). *Kekerasan Pada Perempuan*. Yogyakarta: Pustaka Pesantren.
- Sinclair, Deborah. (2008). *Memberdaya Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga/ Hubungan Intim (terjemahan)*. Jakarta: Program Kajian Wanita PP-VI.
- Sari, Intan Indah Permata, (2018) “*Kekerasan Pada Saat Hubungan Berpacaran di Kalangan Mahasiswa: Studi Refleksi Pengalaman Perempuan*”, Jurnal Dimensia, Vol. 7, No.1, 70.