

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Masa remaja diidentikkan sebagai masa transisi dari kanak-kanak ke dewasa. Salah satu karakteristik remaja yang menonjol adalah ketertarikan dengan lawan jenis, hal ini kemudian dapat dilihat dengan banyaknya remaja yang mulai menjalin hubungan romantis atau dikenal dengan pacaran. Hal ini menurut Hurlock (2000) merupakan perkembangan hormon pada diri remaja yang kemudian membuat remaja mulai tertarik dengan hal-hal berbau seksual.

Pacaran sendiri merupakan hubungan khusus dengan lawan jenis yang menggambarkan pola ketertarikan antar tubuh yang mencakup akan emosi, jiwa dan raga dari tubuh-tubuh tersebut. Hubungan pacaran seringkali diartikan sebagai kondisi yang bahagia, dimana perasaan bahagia merupakan bagian dari kesejahteraan dari seseorang. Hal ini seperti diungkapkan oleh Bao (2012) yang menyatakan bahwa hubungan *romantic* mampu mendorong kesejahteraan seseorang semakin meningkat dan menjadikan seseorang mengalami gejala emosi, sehingga hal tersebut menimbulkan perasaan baru bagi seseorang.

Kesejahteraan sendiri pada dasarnya merupakan kondisi evaluasi subyektif seseorang akan kehidupan termasuk konsep-konsep seperti kepuasan hidup, emosi menyenangkan, *fulfilment*, kepuasan terhadap area-area seperti pernikahan dan pekerjaan, juga terhadap tingkat emosi tidak menyenangkan yang rendah (Diener, 2003). Kesejahteraan seseorang akan mengarah pada kepuasan hidup dan evaluasi terhadap domain-domain kehidupan yang penting seperti pekerjaan, kesehatan, dan hubungan serta termasuk emosi mereka, seperti keceriaan, keterlibatan dan pengalaman emosi yang negatif, seperti kemarahan, kesedihan, dan ketakutan yang sedikit. Kesejahteraan senantiasa dihubungkan dengan rasa bahagia yang dirasakan oleh seseorang, sebagaimana yang diungkapkan oleh (Diener, 2003) bahwa kesejahteraan berkaitan dengan perasaan bahagia/positif yang dirasakan oleh seseorang.

Menjalani hubungan pacaran dengan seseorang mampu memberikan perasaan senang dan bahagia dalam kehidupan sehari-hari serta dapat memberikan semangat dalam menjalani aktivitas. Hubungan pacaran mampu meningkatkan kesejahteraan seseorang, dengan kata lain hubungan romantis antara sepasang kekasih mampu meningkatkan kualitas kesejahteraan dari seseorang. Akan tetapi, menjalani hubungan pacaran tidak semuanya mengalami masa-masa bahagia, karena jika dalam hubungan pacaran terdapat masalah juga cenderung akan menurunkan kesejahteraan seseorang. Masalah yang ditimbulkan dari proses pacaran itu sendiri pada akhirnya dapat menjadi faktor naik turunnya kesejahteraan seseorang.

Kekerasan dalam pacaran merupakan segala bentuk tindakan yang mempunyai unsur kekerasan yang meliputi pemaksaan, tekanan, perusakan, dan pelecehan fisik maupun psikologis yang terjadi dalam hubungan pacaran (Abbot, 1992). Hasil penelitian menyebutkan bahwa kekerasan dalam pacaran dapat diakibatkan oleh beberapa sebab, diantaranya adalah kondisi psikis dari pelaku kekerasan, riwayat kekerasan yang pernah dialami oleh pelaku ataupun tekanan dari lingkungan sebaya pelaku (Schwartz, C, Runtz, M, 2002). Kekerasan dalam pacaran disini dapat berupa kekerasan emosi yang mengakibatkan perasaan tertekan, tidak bebas dan tidak nyaman, kemudian kekerasan fisik yang berupa sentuhan fisik seperti tendangan tamparan atau pukulan, serta kekerasan seksual yang berwujud pada pemaksaan hubungan seksual dan pelecehan seksual.

Hasil dari penelitian (O'Keef, 2005), (Schwartz, C, Runtz, M, 2002), dan (Chapin, 2014) menyebutkan bahwa rata-rata kekerasan dalam pacaran terjadi pada usia antara 12-15 tahun, 16-19 tahun dan 20-24 tahun, dimana usia-usia tersebut merupakan usia belia yang dapat dikatakan sebagai usia peralihan dari remaja awal, remaja akhir ke dewasa. Kekerasan dalam pacaran sebagian besar dilakukan pada masa remaja, dimana pada masa-masa ini remaja penuh dengan gejolak emosi yang berubah-ubah sepanjang waktu (Schwartz, C, Runtz, M, 2002).

Korban dari kekerasan dalam pacaran sebagian besar adalah perempuan seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh (Putri, 2012) dan (Diadiningrum,

2014) yang mengungkapkan bahwa karena posisi perempuan yang sering dianggap lemah maka sebagian besar korban kekerasan dalam pacaran adalah perempuan. Kekerasan dalam pacaran di Indonesia sendiri sudah menjadi salah satu fenomena yang cukup mengkhawatirkan, hal ini berdasarkan hasil laporan Komnas Perempuan pada tahun 2016 menunjukkan bahwa kekerasan dalam pacaran mencapai angka 24% atau setidaknya terdapat 2.734 kasus kekerasan dalam pacaran di Indonesia. Kondisi ini kemudian di jelaskan dalam penelitian yang dilakukan oleh (Putri, 2012) menunjukkan bahwa kekerasan pada perempuan yang dilakukan oleh pasangannya adalah hasil dari sistem masyarakat patriarikal yang secara langsung memperbolehkan laki-laki untuk mendominasi dan mengontrol pasangannya.

Bentuk-bentuk kekerasan dalam pacaran baik berupa kekerasan fisik atau kekerasan non fisik/psikologis memberikan dampak yang berbeda pada diri korban. Berdasarkan wawancara mengenai kekerasan dalam pacaran dapatlah data sebagai berikut:

“saya sering di pukul mbak, jadi saat pacar saya marah saya langsung dijambak, pernah mau di lempar helm dulu kalau dia tidak terima dengan segala yang saya katakan ataupun yang saya lakukan. Saya juga pernah di pukul sampai lebam. Temparemenya itu bikin saya takut mbak, saya jadi merasa tertekan dan sedih terus-terusan karena perlakuan pacar saya” (wawancara dengan R)

“pacar saya mulutnya tajam mbak, kalau ngomong suka seenaknya, saya sering sakit hati mendengar kata-katanya yang menyakitkan. Tapi selama ini hanya sebatas ngata-ngatin saja mbak, ya paling parah pernah nyebut saya ‘anjing, perek’ seperti itu mbak. Saya cukup tertekan dengan label-label yang dia sebutkan kepada saya selama ini. Hal ini bikin saya merasa sedih dan kurang bahagia dengan hubungan pacaran saya itu” (wawancara dengan D)

Hasil wawancara di atas kemudian menunjukkan bahwa korban merasa kurang bahagia dan sedih karena mengalami kekerasan verbal ataupun non verbal. Selain itu, wawancara tersebut menunjukkan bahwa disini permasalahan utama yang dirasakan oleh remaja perempuan korban kekerasan dalam pacaran adalah bahwa mereka merasakan tekanan secara psikologis baik itu hasil dari kekerasan verbal atau non-verbal. Tekanan yang dirasakan oleh para korban kekerasan

dalam pacaran disini dapat menjadi pemicu atas munculnya hal-hal negatif seperti perasaan minder, takut dan pesimis. Seperti yang diungkapkan oleh (Guidi, 2012) bahwa dampak terbesar masalah kekerasan dalam pacaran pada remaja adalah masalah psikologi dan kesejahteraan yang di rasakan oleh korban. Hal ini menurut (Guidi, 2012) korban pada kekerasan dalam pacaran akan mengalami perasaan tertekan dan traumatis, khususnya pada masa remaja, sehingga kilasan-kilasan kejadian kekerasan menjadi sebuah filmografi dalam memori korban yang mengganggu perasaan korban, khususnya pada tingkat kesejahteraan dari korban. Terganggunya kesejahteraan dari korban disini akan menjadi permasalahan yang serius bagi perkembangan remaja, mengingat remaja merupakan masa peralihan menuju titik kedewasaan seseorang (Hurlock, 2000).

Berdasarkan hasil wawancara kepada subjek menunjukkan bahwa meskipun subjek memiliki tingkat kesejahteraan yang rendah, akan tetapi subjek menunjukkan rasa bersyukur atas segala sesuatu yang telah dihadapi oleh subjek. Subjek juga kemudian mengaku bahwa rasa syukur yang diungkapkannya kemudian mampu meringankan sedikit beban yang dirasakan dan tidak menambah ruang bagi subjek untuk terus-terusan merasa rendah diri. Hal ini kemudian dijelaskan oleh (Seligman, 2005) yang mengungkapkan bahwa salah satu karakter dari rasa bahagia seseorang adalah rasa syukur. Bersyukur kemudian dapat diartikan sebagai sebuah penghargaan akan kehebatan karakter moral orang lain. Sebagai sebuah emosi, kekuatan ini berupa ketakjuban, rasa terima kasih, dan apresiasi terhadap kehidupan. Rasa syukur dapat dikonsepsikan ketika seseorang menerima sebuah kebaikan maupun hadiah dari orang lain, maka emosi umum yang ditampilkan dari respon kejadian keberuntungan tersebut adalah bersyukur terhadap kebaikan maupun kepada orang yang memberi hadiah atau kebaikan tersebut.

Wujud dari rasa syukur yang dirasakan oleh perempuan korban kekerasan dalam pacaran dapat dilihat dari hasil wawancara sebagai berikut ini:

“saya jadinya merasa sangat bersyukur mbak, saya tahu bagaimana dampak negatif dari hubungan antara laki-laki dan perempuan, saat ada konflik-konflik harus bagaimana. Saya belajar banyak dari sini mbak, karena ini kemudian saya jadi tahu bagaimana milih laki-laki nanti untuk

jadi pendamping, dan saya juga jadi tahu bahwa saya harus melawan jika nanti saya direndahkan. Hikmah yang saya dapatkan kemudian adalah bahwa disini saya mendapatkan pengalaman dan pelajaran tentang membina hubungan dengan laki-laki” (wawancara dengan S)

“ya saya ambil hikmahnya saja mbak, saya merasa berterimakasih sama Tuhan karena saya jadi tahu mana laki-laki yang benar-benar sayang sama kita dan mana yang tidak. Saya juga belajar bahwa saat pacaran atau menjalin hubungan ini saya ga boleh dibutakan dengan cinta, laki-laki masih banyak, kalo dapat yang ga bisa ngehargai kita ya kita bisa cari orang lain yang mampu menghargai kita secara baik. itung-itung pelajaran sebelum nanti saya nikah, kan kalo udah nikah urusannya lebih dalam, ga bisa langsung maen putus saja kan mbak. Ya semua ada hikmahnya lah, saya sangat bersyukur, sekarang saya menjadi lebih pede lagi dan selalu yakin kalo saya ini lebih baik dari mereka yang pernah merendahkan saya” (wawancara dengan R)

Hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa subjek menunjukkan rasa syukur atas apa yang telah mereka alami dengan mengambil pelajaran apa yang baik bagi mereka kedepannya. Subjek mengungkapkan bahwa kekerasan yang mereka alami membuat subjek lebih selektif dan berpikir baik-baik dalam mencari pasangan. Rasa syukur yang diungkapkan oleh subjek tersebut membuka mata subjek bahwa segala sesuatu ada pelajaran yang dapat diambil, dan juga subjek menjadi pribadi yang lebih matang dan mampu menghargai dirinya sendiri agar tidak direndahkan oleh orang lain. Rasa syukur yang kemudian dirasakan oleh subjek ini pada akhirnya membuat subjek mampu sedikit terobati atas peristiwa yang menyimpannya dan berusaha menerima semua yang terjadi dengan lebih bijaksana. Rasa syukur yang dirasakan oleh subjek menjadi salah satu cara untuk meningkatkan harga diri subjek pasca terjadinya peristiwa kekerasan, subjek menjadi lebih percaya diri dalam beraktivitas. Hal ini sejalan dengan pendapat dari (Lyubomirsky, 2007) yang mengungkapkan bahwa rasa syukur yang dirasakan oleh seseorang dapat meningkatkan rasa harga diri. Dengan rasa syukur yang besar maka seseorang akan semakin menghargai dirinya sendiri.

Harga diri merupakan hal penting yang harus dimiliki oleh setiap orang terutama perempuan. (Baron, 2012) menyebut harga diri sebagai penilaian terhadap diri sendiri yang dibuat individu dan dipengaruhi oleh karakteristik yang dimiliki orang lain dalam menjadi pembanding. Harga diri memiliki keterkaitan

dengan penilaian individu terhadap dirinya sendiri secara positif atau negatif yang dipengaruhi oleh hasil interaksinya dengan orang-orang yang penting dilingkungkannya serta dari sikap, penerimaan, penghargaan, dan perlakuan orang lain terhadap dirinya. Rendahnya harga diri pada diri perempuan korban kekerasan dalam pacaran dapat membuat perempuan kehilangan rasa kepercayaan dirinya, menjadi penakut, atau bahkan depresi sehingga tidak mau menjalani hubungan dengan laki-laki lagi (Schwartz, C, Runtz, M, 2002).

Hasil wawancara yang telah disebutkan sebelumnya mengindikasikan bahwa subjek secara bersama-sama menggunakan rasa syukur dan harga diri sebagai cara untuk keluar dari permasalahan yang dialami dan menjadi lebih sejahtera dalam menghadapi hari-hari di depan mereka. Hal ini sudah pernah dibahas oleh (Pollner dalam Eddington & Shuman, 2008) yang mengungkapkan bahwa rasa syukur (*gratitude*) dan harga diri secara bersama-sama dapat memberikan perasaan bahagia (*well-being*) pada diri seseorang, karena dengan rasa syukur yang besar dan penghargaan diri yang besar pula dapat membantu seseorang untuk merasakan kesejahteraan pada hidupnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Sativa dan Helmi (2009) yang menyebutkan bahwa rasa syukur dan harga diri seseorang secara positif menjadi prediktor bagi kebahagiaan seseorang. Sehingga dari sini penulis menghubungkan antara rasa syukur (*gratitude*) dan harga diri dengan kesejahteraan pada remaja perempuan korban kekerasan dalam pacaran. Selain itu, penelitian dari Yohanes Hanggoro (2015) yang meneliti tentang kesejahteraan pada Biarawati di Yogyakarta. Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa kehidupan biarawati disini memiliki tingkat kepuasan hidup dan kebahagiaan yang tinggi selama hidup dalam biara (membiara), sehingga dari kesejahteraan yang tinggi inilah biarawati memiliki banyak aspek positif (*positive impact*) dalam perjalanan hidupnya dan sesedikit mungkin aspek negatif (*negative impact*) yang dialami. Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang akan peneliti lakukan, dimana penelitian dari Yohanes Hanggoro (2015) menggunakan metode kuantitatif deskriptif sedangkan peneliti menggunakan metode kuantitatif deskriptif. Fokus kajian penelitian akan melihat kesejahteraan dari beberapa variabel yaitu rasa

syukur dan harga diri, sedangkan Yohanes Hanggoro (2015) hanya fokus pada kesejahteraan saja.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara rasa syukur dan harga diri dengan kesejahteraan pada remaja perempuan korban kekerasan dalam pacaran?”

## **C. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan uraian rumusan masalah diatas maka tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh rasa syukur dan harga diri dengan kesejahteraan pada remaja perempuan korban kekerasan dalam pacaran.

### **2. Manfaat Penelitian**

#### **a. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi atau masukan bagi perkembangan ilmu psikologi khususnya dalam membahas tentang rasa syukur dan harga diri dengan kesejahteraan pada remaja perempuan korban kekerasan dalam pacaran.

#### **b. Manfaat Praktis**

Secara praktis penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi:

- 1) Bagi perempuan korban kekerasan dalam pacaran agar memahami tentang cara untuk tidak terpuruk dengan kondisinya sebagai korban dan cepat memulihkan kepercayaan dirinya dengan rasa syukur dan harga diri.
- 2) Bagi penelitian yang akan datang dapat memberikan informasi lebih lanjut tentang tema rasa syukur dan harga diri dan pengaruhnya terhadap kesejahteraan pada remaja perempuan korban kekerasan dalam pacaran.