

## **Loneliness dan Dukungan Sosial Pada Remaja Perempuan Korban Kekerasan Seksual**

**Indri Putri Nazmi<sup>1</sup>**

*Program Studi Psikologi  
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik  
Universitas Mulawarman Samarinda*

**ABSTRACT.** *This research is about loneliness and social support in adolescent girls who are victims of sexual violence aims to find out the lonely felt by adolescent and the support they received. This research uses qualitative research with case study approach. The number of subjects in this study were four people. The research using purposive sampling. The data was collected using observation and in depth interviews qualitative method. The results of this study indicate that of the four subjects who experienced loneliness because lack of social support. The subject M shows more feelings of loneliness because she does not get the desired social support from the mother who is the only family. The subject's desire to stay together does not materialize. One of the factors that influence loneliness is the attribution of the cause as it is separated from the emotionally close person. The three subjects of N, R, D were able to gain social support other than their family. However, the three subjects still feel lonely because of psychosocial effects after sexual violence.*

**Keywords:** *loneliness, social support.*

**ABSTRAK.** Penelitian ini adalah tentang kesepian dan dukungan sosial pada gadis remaja yang menjadi korban kekerasan seksual bertujuan untuk mengetahui perasaan kesepian yang dialami remaja dan dukungan yang mereka terima. Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah empat orang. Penelitian ini menggunakan purposive sampling. Data dikumpulkan dengan menggunakan observasi dan wawancara mendalam dengan metode kualitatif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari empat subjek yang mengalami kesepian karena kurangnya dukungan sosial. Subjek M menunjukkan lebih banyak perasaan kesepian karena dia tidak mendapatkan dukungan sosial yang diinginkan dari ibu yang merupakan satu-satunya keluarga. Keinginan subjek untuk tetap bersama tidak terwujud. Salah satu faktor yang mempengaruhi kesepian adalah atribusi penyebabnya karena dipisahkan dari orang yang dekat secara emosional. Tiga subjek N, R, D mampu memperoleh dukungan sosial selain keluarga mereka. Namun, ketiga subjek masih merasa kesepian karena efek psikososial setelah kekerasan seksual.

**Kata Kunci:** kesepian, dukungan sosial.

---

<sup>1</sup> Email: indripnazmi@gmail.com

## **PENDAHULUAN**

Kekerasan terhadap perempuan bukan lagi masalah yang baru. Perempuan dipandang sebagai makhluk yang lemah dan hal tersebut menjadikan mereka sasaran bagi para pelaku kekerasan. Menurut Guamarawati (2009) kekerasan merupakan suatu tindakan yang dilakukan seseorang atau lebih yang menimbulkan luka, baik secara fisik maupun non fisik terhadap orang lain, dan lebih jauh merupakan suatu tindakan yang menyebabkan seseorang tidak dapat mengaktualisasikan dirinya, disebabkan oleh bentuk-bentuk opresi dan penindasan yang ditujukan padanya. Jaringan Relawan Independen periode April 2002-Juni 2007 yakni dari 263 kasus kekerasan yang masuk, ada 92% korban kekerasan perempuan (Guamarawati, 2009). Kekerasan terhadap perempuan dapat berupa kekerasan secara fisik, psikologis maupun seksual. Salah satu kasus kekerasan yang umumnya dialami perempuan adalah kekerasan seksual.

Menurut Astuti, (2011) kekerasan seksual sebagai perilaku yang dilakukan melalui pendekatan-pendekatan yang terkait dengan seks yang tidak diinginkan, termasuk permintaan untuk melakukan hubungan seks, dan perilaku lainnya yang secara verbal ataupun fisik merujuk pada aktivitas seksual. Salah satu jenis dari kekerasan seksual adalah pemerkosaan. Wicaksana (2008) menyatakan secara sederhana definisi pemerkosaan adalah penganiayaan fisik dan emosional yang mengakibatkan kegoncangan psikis bagi korbannya. Kekerasan seksual yang terjadi cenderung menimbulkan trauma pada anak maupun orang dewasa, tetapi seringkali tidak disadari karena adanya penyangkalan terhadap peristiwa tersebut (Probosiwi dan Bahransyaf, 2015).

Remaja yang menjadi korban kekerasan seksual membutuhkan dukungan dari sosialnya untuk mengatasi dampak fisik maupun psikologisnya. Taylor (2012) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah informasi dari orang yang dicintai dan dipedulikan, dihormati dan dihargai, serta bagian dari hubungan dan kewajiban bersama. Dukungan sosial merupakan hubungan interpersonal yang didalamnya berisi pemberian bantuan yang melibatkan aspek-aspek yang terdiri dari informasi, perhatian emosional, penghargaan dan bantuan instrumental yang diperoleh individu melalui interaksi dengan lingkungan

(Kumalasari dan Ahyani, 2012). Sarason (2007) menyatakan bahwa dukungan sosial sebagai suatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain yang dapat dipercaya sehingga individu menjadi tahu bahwa orang lain memperhatikan, menghargai, dan mencintai dirinya.

Stravynski dan Boyer (dalam Dewi, 2013) mengemukakan bahwa remaja yang kehilangan dukungan sosial dan emosional dari keluarga mempunyai resiko tinggi mengalami kesepian. Pendapat ini diperkuat dengan pernyataan menurut Nowan (2008) kesepian adalah perasaan yang timbul akibat kebutuhan yang mendesak akan kehadiran orang lain, untuk berkomunikasi, untuk mempunyai relasi intim dengan orang lain, ataupun kebutuhan akan dukungan, penerimaan, dan penghargaan dari orang lain akan keberadaan. Remaja yang menjadi korban menekan hubungan sosialnya karena takut kejadian yang sama terulang kembali sehingga menyebabkan mereka mengisolasi dunianya dengan dunia luar. Remaja juga sering mengalami perasaan tidak aman, tidak tenang, dan khawatir kesepian (Ali dan Asrori, 2006). Menurut Daryaksini dan Hudaniah (2003) kesepian merupakan adanya perasaan yang kurang dimiliki dalam hubungan dengan orang lain, yang dapat diakibatkan karena rasa ketidakpuasan yang dialami individu dengan hubungan yang ada. Kesepian bukan hanya menyangkut tidak adanya orang lain di sekitarnya, melainkan merupakan akibat dari tidak adanya orang tepat yang dapat membantu korban untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan tertentu dalam interaksi sosialnya.

Pada fenomena penelitian ini subjek yang mengalami kekerasan seksual merasa tidak pantas untuk dicintai dan sulit untuk bersosialisasi karena memiliki ketakutan apabila tidak diterima kembali di masyarakat. Perasaan malu dan takut mendominasi dalam diri subjek ketika ingin memulai hubungan dengan orang lain. Perasaan-perasaan negatif tersebut menyebabkan subjek kesulitan untuk berteman dengan orang disekitarnya. Ia merasa tidak pantas dicintai oleh orang lain, sendirinya pun subjek tidak mendapatkan perhatian dari sekitarnya. Subjek yang kurang mendapatkan dukungan sosial merasa tidak dipedulikan dan diakui keberadaannya oleh lingkungan sosialnya.

## TINJAUAN PUSTAKA

### Dukungan Sosial

Dukungan sosial sebagai informasi yang diterima dari orang lain bahwa individu tersebut dicintai, diperhatikan, dihargai, bernilai, merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan saling dibutuhkan yang di dapat dari orang tua, suami atau orang yang dicintai, sanak keluarga, teman, hubungan sosial dan komunitas (Taylor, 2003). Menurut Kuntjoro (dalam Maharani dkk., 2012) dukungan sosial adalah informasi verbal atau nonverbal, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan individu di dalam lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya. Keuntungan emosional seperti merasakan perasaan dicintai dan diterima oleh individu lainnya.

Orang yang mendapatkan dukungan sosial ini percaya bahwa mereka dicintai, dipedulikan, dihormati dan dihargai, merasa menjadi bagian dari jaringan sosial, seperti keluarga dan organisasi masyarakat, dan mendapatkan bantuan fisik maupun jasa, dan mampu bertahan pada saat yang dibutuhkan atau dalam keadaan bahaya (Sarafino, 2011). Aspek-aspek dukungan sosial menurut Sarafino (dalam Kumalasari, 2012) mengemukakan empat bentuk yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi.

### Loneliness (Kesepian)

Menurut Baron dan Byrne (2005) menyatakan kesepian adalah keadaan emosi dan kognitif yang tidak bahagia yang diakibatkan oleh hasrat akan hubungan akrab yang tidak tercapai, ketika seseorang merasa kekurangan dan tidak puas atas hubungan yang dimilikinya maka akan kesepian.

Kesepian terjadi ketika merasa bahwa tidak seorang pun memahami dengan baik, merasa terisolasi, dan tidak memiliki seorang pun untuk dijadikan pelarian, saat dibutuhkan atau saat stres (Santrock, 2002). Aspek-aspek kesepian menurut Weiss (dalam Hidayanti, 2015) yaitu *emotional loneliness* (kesepian emosional) dan *social loneliness* (kesepian sosial).

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja perempuan yang mengalami kekerasan seksual sebanyak 4 orang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Subjek N mendapatkan dukungan sosial berupa perhatian dari ibu, ayah, dan kakaknya dengan menelpon setiap hari. Namun perbuatan tersebut hanya berlangsung satu bulan setelah kasus kekerasan seksual, kemudian keluarganya menelpon subjek hanya satu kali dalam sebulan. Subjek merasakan perbedaan tersebut dan merasa tidak mampu melakukan apapun untuk merubahnya. Emosi negatif yang ditunjukkan subjek yaitu sikap diam pada keluarganya. Pada saat subjek mencoba untuk bersosialisasi di lingkungannya yang baru, subjek merasa takut apabila tidak diterima karena tidak perawan dan merasa dirinya kotor pasca kekerasan seksual yang terjadi. Menurut Fuadi (2011) subjek yang menjadi korban kekerasan seksual sebelum mendapat dukungan sosial memiliki berbagai pandangan negatif terhadap dirinya seperti merasa rendah diri, tidak berharga, merasa kotor dan tidak berdaya.

Subjek M tinggal berpisah dengan ibunya, yaitu satu-satunya keluarga yang subjek miliki. Ibu subjek berusaha selalu memberikan dukungan kepada subjek berupa kehadiran fisiknya ketika subjek membutuhkannya. Sementara subjek sangat menginginkan untuk tinggal bersama dengan ibunya. Namun subjek kesulitan dalam mengutarakan perasaannya karena subjek tidak terbiasa mengungkapkan perasaannya pada orang lain. Sikap yang subjek tunjukkan adalah diam dan tidak memperdulikan orang di sekitarnya. Ketika ada orang yang mengajak subjek berbicara, ia menjauh dan menyendiri di kamar. Subjek merasa kesepian karena tidak mempunyai hubungan yang intim dengan seseorang dan merasa tidak puas terhadap hubungan dengan ibunya. Baron dan Byrne (2005) menyatakan kesepian adalah keadaan emosi dan kognitif yang tidak bahagia yang diakibatkan oleh hasrat akan hubungan akrab yang tidak tercapai, ketika seseorang

merasa kekurangan dan tidak puas atas hubungan yang dimilikinya maka akan kesepian.

Subjek R mengalami *loneliness* karena tidak mendapatkan dukungan sosial dari keluarga kandung maupun keluarga angkatnya. Kedua belah pihak keluarga saling menyalahkan atas kejadian yang menimpa subjek. Hal tersebut mengurangi perhatian yang seharusnya diterima oleh subjek R. Ketika subjek memutuskan untuk pindah ke Samarinda, subjek menyesal telah meninggalkan ibu kandungnya. Subjek sering merasa salah dalam mengambil keputusan dan berujung pertengkaran dengan ibu angkat maupun ibu kandungnya. Pertentangan yang sering terjadi itu menimbulkan keinginan remaja untuk melepaskan diri dari orang tua kemudian ditentangnya sendiri karena dalam diri remaja ada keinginan untuk memperoleh rasa aman (Ali dan Asrori, 2006). Subjek juga mengalami kesulitan bersosialisasi di sekolah karena masih merasa malu dan rendah diri karena subjek merasa tidak ada orang yang mau menjadi temannya apabila mereka tau subjek sudah tidak perawan.

Subjek D mendapatkan dukungan sosial dari ibunya. Namun, hubungan subjek dengan ibunya sering mengalami perselisihan karena perbedaan pendapat. Subjek juga merasa kesulitan dalam bersosialisasi karena selalu diacuhkan oleh orang di sekelilingnya. Ia menganggap tidak ada seorangpun yang bisa memahami dirinya. Subjek merasa kesepian karena tidak ada orang yang bisa diajaknya berbicara. Santrock (2002) menyatakan bahwa kesepian terjadi ketika merasa bahwa tidak seorang pun memahami dengan baik, merasa terisolasi, dan tidak memiliki seorang pun untuk dijadikan pelarian, saat dibutuhkan atau saat stress. Ketika subjek bertengkar dengan ibunya, dan difitnah oleh salah temannya, ia melakukan percobaan bunuh diri. Penelitian yang dilakukan Page Yanagishita, Suwanteerangkul, Zarco, Mei-lee, dan Miao (dalam Santrock, 2012) menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku bunuh diri dan kesepian.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

*Loneliness* yang di tunjukkan subjek M yaitu subjek mengucilkan diri di lingkungan tempat tinggalnya sekarang. Subjek menginginkan tinggal bersama dengan ibunya yang menjadi satu-satunya keluarga yang subjek punya saat ini. Namun keinginan

ini masih belum terwujud lantaran subjek menjadi korban dari kekerasan seksual dan tinggal di rumah perlindungan agar terlindungi dari pelaku. Emosi negatif yang ditunjukkan subjek yaitu sikap diam terhadap orang di sekitarnya. Salah satu faktor yang menyebabkan subjek mengasingkan diri yaitu *self-esteem* subjek yang tergolong rendah karena merasa minder ketika bersosialisasi dengan orang lain. Subjek menganggap dirinya tidak pantas dan merasa tidak bisa menjadi perempuan yang sempurna. Dukungan yang diterima subjek dari ibunya berupa nasihat dan dorongan agar subjek tidak terpuruk dengan masa lalunya. Selain kurang dukungan sosial, subjek M cenderung memilih orang yang berada di dekatnya. Selain ibunya, subjek mempunyai hubungan yang intim hanya dengan kedua adik tirinya yang sekarang sudah tinggal berpisah dengan subjek.

*Loneliness* pada subjek R terjadi karena subjek tidak mendapatkan dukungan sosial dari keluarganya. Keluarga angkat dan keluarga kandung subjek saling menyalahkan kekerasan seksual yang terjadi pada subjek. Subjek R seringkali merasakan dampaknya yaitu disalahkan atas penyebab kedua keluarganya bertengkar. Emosi negatif yang muncul pada subjek yaitu marah dan merasa bersalah, kemudian subjek R mencoba melakukan percobaan bunuh diri karena apabila subjek meninggal maka semua masalahnya akan selesai.

Subjek D mengalami *loneliness* karena dirinya merasa tidak diharapkan oleh orang di sekitarnya. Ketika subjek membutuhkan orang untuk berkeluh kesah, tidak ada orang yang bisa mendengarkan curahan hati subjek. Orang di sekitar subjek sering kali menyalahkan subjek dengan menuduhnya mencari perhatian dari peristiwa yang subjek ceritakan. Saat subjek merasa telah difitnah ketika menyinggung perasaan salah seorang temannya, subjek dijauhi oleh teman-temannya yang lain. Hal ini membuat subjek sangat sedih dan mencoba untuk bunuh diri. Subjek D berpikir bahwa tidak akan ada yang kehilangan dirinya jika dia tidak di dunia lagi. Subjek melakukan dua kali percobaan bunuh diri. Percobaan bunuh diri yang kedua karena ia bertengkar dengan ibunya yang menyebabkan subjek tidak memperoleh dukungan emosional maupun materi dan membuat subjek merasa tidak ada yang peduli pada dirinya.

## Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan ada beberapa saran yang dapat peneliti berikan berkaitan dengan proses dan hasil yang diperoleh dari penelitian ini. Adapun saran tersebut adalah sebagai berikut:

1. Bagi remaja perempuan yang menjadi korban kekerasan seksual diharapkan untuk mempunyai kesadaran diri sendiri ketika merasa mempunyai beban psikologis. Remaja yang memiliki kesadaran diri diharapkan dapat berusaha untuk ikut terapi psikologis dengan tujuan merubah pikiran negatif menjadi positif agar tidak terjadi percobaan bunuh diri yang dilakukan subjek dalam penelitian ini. Remaja perempuan korban kekerasan seksual juga diharapkan mampu menerima dirinya apa adanya yaitu dengan tidak membandingkan dirinya dengan orang lain karena ketika kita menerima diri sendiri, maka orang lain juga akan menerima kita.
2. Bagi orangtua remaja yang menjadi korban kekerasan seksual, diharapkan mampu memberikan bimbingan dan dukungan bagi remaja yang menjadi korban seperti membuat suasana nyaman, memberikan pelukan, menanyakan keseharian remaja, mengajak remaja melakukan kegiatan yang positif seperti melakukan hobi mereka bersama-sama dengan orangtua yang bertujuan agar remaja merasa tenang dan rileks, merasa diperhatikan dan masih dicintai setelah kekerasan seksual ini terjadi. Remaja membutuhkan iklim keluarga yang kondusif, dengan demikian mereka akan merasa aman, dihargai, dan disayangi. Mereka tidak akan merasa takut untuk menyatakan dirinya, pendapatnya, maupun kesulitannya karena yakin ada keluarga yang selalu membantunya.
3. Bagi instansi-instansi pemerintah maupun swasta diharapkan diharapkan mampu berkoordinasi dengan orangtua dalam upaya memulihkan psikologis remaja yang menjadi korban kekerasan seksual seperti meninjau para korban yang mungkin terlihat murung, sedih, marah yang kemudian diberikan dampingan psikologis oleh

ahli yang berkompeten dibidangnya. Selain itu instansi pemerintah maupun swasta dapat bekerja sama dengan ahli psikolog untuk membantu remaja mengatasi traumanya setelah kejadian ini sehingga remaja mampu memaksimalkan kembali dirinya di dalam lingkungannya.

4. Bagi masyarakat diharapkan dapat diberikan sosialisasi oleh volunteer yang juga peduli mengenai masalah kekerasan seksual agar terbentuk jaringan sosial yang dapat membina remaja yang menjadi korban kekerasan seksual dan masyarakat disekitarnya. Sosialisasi yang dapat diberikan seperti pelatihan *peer group*.
5. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat memaksimalkan teknik pengumpulan data seperti wawancara yang mendalam dan observasi untuk mendapatkan data yang akurat bagi keberhasilan penelitian mengenai dukungan sosial yang diperoleh dan kesepian yang dialami oleh remaja perempuan korban kekerasan seksual. Penelitian selanjutnya juga dapat meneliti variabel-variabel seperti orientasi masa depan, rasa bersalah, dan *forgiveness* pada remaja yang menjadi korban kekerasan seksual.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., & Asrori, M. (2004). Psikologi remaja: Perkembangan peserta didik. Jakarta: Bumi Aksara.
- Astuti, R. (2012). Hubungan Kesadaran Akan Kerentanan Diri dan Mekanisme Coping pada Perempuan Pekerja Malam di Tempat Hiburan Karaoke Wilayah Jakarta Barat. *Jurnal Kriminologi Indonesia*, 7(2).
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Dayakisni, T. & Hudaniah (2003). *Psikologi sosial*. Malang: Universitas Muhammadiyah.
- Dewi, L. A. K. (2013). Hubungan antara Kesepian dengan Ide Bunuh Diri pada Remaja dengan Orangtua yang Bercerai. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 2(03), 25.
- Fu'ady, M. A. (2011). Dinamika psikologis kekerasan seksual: Sebuah studi

- fenomenologi. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 8(2).
- Guamarawati, N. A. (2009). Suatu kajian kriminologis mengenai kekerasan terhadap perempuan dalam relasi pacaran heteroseksual. *Indonesian Journal of Criminology*, 4252.
- Hidayati, D. S. (2016). Self-compassion dan loneliness. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 3(1), 154-164.
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi: PITUTUR*, 1(1), 19-28.
- Maharani, R., Indarwati, R., & Efendi, F. (2019). Hubungan Dukungan Sosial dengan Konsep Diri pada Anak Jalanan di Rumah Singgah Sanggar Alang-Alang Surabaya. *Psychiatry Nursing Journal*, 1(1).
- Nowan. (2008). *Jomblo asyik gila*. Jakarta: PT Gramedia.
- Probosiwi, R., & Bahransyaf, D. (2015). Pedofilia dan kekerasan seksual: Masalah dan perlindungan terhadap anak. *Sosio Informa*, 1(1).
- Santrock, J. W. (2002). *Life-span Development jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan masa hidup: edisi ketigabelas, jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Taylor, Shelley E. (2012). *Health psychology*. 8th. ed. New York: McGraw-Hill Companies, Inc.
- Wicaksana, I. (2008). *Mereka bilang aku sakit jiwa: refleksi kasus-kasus psikiatri dan problematika kesehatan jiwa di indonesia*. Yogyakarta: Kanisius.