

## Kesejahteraan Subjektif dan Strategi Koping Pada Korban Kekerasan Dalam Pacaran

Indah Safrianty<sup>1</sup>

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

**ABSTRACT.** *The study of this research to describe the subjective well-being and coping strategy to overcome problems of dating violence victims in Samarinda. The research used a qualitative method by conducting interviews and observations on the victims of dating violence as many as 4 people who were in accordance with special characteristics in the research and were willing to participate in this research. The topics discussed in this study are experienced violence such as forms of dating violence, a description of the dimensions of subjective well-being for victims and how the coping strategy to overcome problems is carried out by victims who have experienced violence in dating. The results of this research showed that all 4 subjects experienced violence in dating as found in other forms of violence namely physical, sexual, psychological / emotional abuse, and economic violence. The four subjects used various strategies to overcome problems both with problem-focused coping and emotion- focused coping and each subject had subjective well-being through cognitive and affective dimensions in seeing relationships and facing the violence in dating they experienced.*

**Keywords:** *dating violence, subjective well-being, coping strategy*

**ABSTRAK.** Studi penelitian ini untuk menggambarkan kesejahteraan subjektif dan strategi coping untuk mengatasi masalah kewanjiran kekerasan korban di Samarinda. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan melakukan wawancara dan observasi terhadap korban kekerasan dalam pacaran sebanyak 4 orang yang sesuai dengan karakteristik khusus dalam penelitian dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini. Topik-topik yang dibahas dalam penelitian ini adalah kekerasan yang dialami seperti bentuk kekerasan dalam pacaran, deskripsi dimensi kesejahteraan subyektif bagi para korban dan bagaimana strategi mengatasi masalah dilakukan oleh para korban yang telah mengalami kekerasan dalam pacaran. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keempat subjek mengalami kekerasan dalam pacaran seperti yang ditemukan dalam bentuk kekerasan lainnya yaitu kekerasan fisik, seksual, psikologis / emosional, dan kekerasan ekonomi. Keempat subjek menggunakan berbagai strategi untuk mengatasi masalah baik dengan coping yang berfokus pada masalah maupun coping yang berfokus pada emosi dan masing-masing subjek memiliki kesejahteraan subyektif melalui dimensi kognitif dan afektif dalam melihat hubungan dan menghadapi kekerasan dalam pacaran yang mereka alami.

**Kata kunci:** kekerasan kewanjiran, kesejahteraan subjektif, strategi koping

---

<sup>1</sup> Email: safrianty@yahoo.com

## PENDAHULUAN

Pacaran didefinisikan sebagai interaksi *dyadic*, termasuk didalamnya adalah mengadakan pertemuan untuk berinteraksi dan melakukan aktivitas bersama dengan keinginan secara eksplisit / implisit untuk meneruskan hubungan setelah terdapat kesepakatan tentang status hubungan mereka saat ini (Straus, 2004). Kebiasaan-kebiasaan yang banyak dilakukan selama pacaran berbeda-beda karakteristik individual, kelompok sosioekonomi, era historis dan konteks budaya. Terlepas dari perbedaan ini, terdapat persamaan secara struktural, yaitu hubungan ini selalu memakan waktu dan energi yang cukup besar (Straus, 2004). Kegiatan yang menghabiskan waktu dan energi yang cukup besar dalam pacaran diantaranya adalah pergi berbelanja, nonton film bersama, makan bersama atau sekedar mengunjungi pasangan di rumah mereka (Straus, 2004). Individu dalam menjaga kekonsistenan sikapnya lebih di pengaruhi oleh tekanan kelompok atau masyarakat. Individu yang mengalami ketidaksesuaian yaitu antara kognitif yang ada dipikirkannya dan yang ada dikelilinginya (Adriansyah dan Hidayat, 2013).

Sekilas, hal ini terlihat cukup membahagiakan pasangan masing-masing, padahal data di lapangan dan kondisi aktivitas pacaran dikalangan remaja terjadi secara besar-besaran dalam intensitas jumlah dan kualitas pelanggaran dan kekerasan yang semakin menunjukkan angka yang mencengangkan (Set, 2009). Varia (2006) menyebutkan bahwa, 21% remaja memiliki pacar yang membatasi mereka untuk bertemu dengan keluarga dan teman-teman mereka, 64% memiliki pacar yang cemburuan dan ingin tahu segalanya tentang pasangannya setiap waktu. Di Indonesia, menurut Menteri Pemberdayaan Perempuan Meutia Hatta, terdapat satu dari lima remaja yang mengalami kekerasan seksual, kesimpulan ini didasarkan pada survei terhadap 300 remaja (Rahmawati, 2008). Lebih lanjut, di kota Medan bersama-sama dengan DKI Jakarta, Bandung, Semarang, Surabaya, Sulawesi Selatan, dan Pontianak, ditemukan bahwa terdapat 800 kasus kekerasan dan 30% dilakukan oleh pacar (Siagian, 2009).

Situasi di Samarinda juga tidak jauh berbeda terlihat bahwa berdasarkan Data dari Badan Pemberdaya Masyarakat dan Perempuan (BPMP) kota Samarinda menunjukkan bahwa total ada 61 kasus kekerasan terhadap perempuan ditahun 2015, kemudian ada 87 kasus kekerasan terhadap perempuan ditahun 2016, ditahun 2017 terdapat 98 kasus dan pada tahun 2018 terdapat 110 kasus.

Menurut SS salah satu pegawai BPMP Kota Samarinda, angka tersebut merupakan jumlah kasus yang dilaporkan, sedangkan yang tidak dilaporkan mungkin bisa lebih tinggi dan lebih banyak lagi.

Douglas dan Frances dalam Thomas Santoso (2002), menyatakan bahwa istilah kekerasan digunakan untuk menggambarkan perilaku, baik yang terbuka (*overt*) atau tertutup (*covert*), dan baik yang bersifat menyerang (*offensive*) atau bertahan (*deffensife*), yang disertai menggunakan kekuatan. Kekerasan dalam pacaran didefinisikan sebagai segala bentuk tindakan yang mempunyai unsur pemaksaan, tekanan, perusakan, dan pelecehan fisik maupun psikologis yang terjadi dalam hubungan pacaran (Bird dan Melville dalam Adelia, 2008). Selain risiko cedera fisik, kekerasan berkenaan pada remaja dikaitkan dengan kesehatan mental dan fisik yang lebih buruk (Howard et al, 2007), usaha bunuh diri (Chiodo et al, 2012), perilaku seksual berisiko (Hanson, 2010), kehamilan yang tidak diinginkan (Silverman, Raj dan Clements, 2004) dan kontrol berat badan yang tidak sehat (Ackard dan Neumark-Sztainer, 2002).

Berdasarkan fakta dan fenomena diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan menggunakan metode penelitian kualitatif yang berjudul kesejahteraan subjektif dan strategi coping pada korban kekerasan dalam pacaran.

## TINJAUAN PUSTAKA

### Kesejahteraan Subjektif

Diener (2000) mendefinisikan, kesejahteraan subjektif adalah suatu keadaan seorang individu mempersepsi dan mengevaluasi segala hal yang terjadi didalam kehidupan mereka, baik evaluasi kognitif maupun evaluasi afektif.

Evaluasi kognitif merupakan penilaian terhadap kepuasan hidup seseorang dan evaluasi afektif merupakan respon emosional yang timbul dari setiap pengalaman hidup seseorang.

Adapun Diener (2002) menyatakan adanya 2 dimensi dalam kesejahteraan subjektif yaitu: a. Dimensi kognitif, adalah evaluasi yang didefinisikan sebagai penilaian dari hidup seseorang, terbagi atas: 1). Evaluasi secara global (*life satisfaction*), yaitu evaluasi responden terhadap kehidupannya secara menyeluruh. Kepuasan hidup secara global dimaksudkan untuk mempresentasikan penilaian responden secara umum dan reflektif terhadap kehidupannya. Secara lebih spesifik, kepuasan hidup secara global melibatkan persepsi seseorang terhadap perbandingan keadaan hidupnya dengan standar unik

yang mereka punyai; 2). Evaluasi pada domain tertentu, adalah penilaian yang dibuat seseorang dalam mengevaluasi domain dalam kehidupannya, seperti kesehatan fisik dan mental, pendidikan, pendapatan, pekerjaan, rekreasi, hubungan sosial dan keluarga. b. Dimensi afektif, didalamnya termasuk *mood* dan emosi yang menyenangkan dan tidak menyenangkan yakni: 1). Afek positif, seperti perasaan bahagia antusias dalam melakukan sesuatu, bangga, rasa diperhatikan oleh orang lain, tertarik atau berminat akan sesuatu, gembira, antusias, dan aktif. 2). Afek negatif, seperti permusuhan yang dialami dalam diri, sedih atau susah, kecewa, bersalah, takut, lekas marah, malu, gelisah, dan gugup.

### Strategi Koping

Lazarus dan Folkman (Sarafino, 2006) strategi koping adalah suatu proses dimana individu mencoba untuk mengatur kesenjangan persepsi antara tuntutan situasi yang menekan dengan kemampuan mereka dalam memenuhi tuntutan tersebut. Taylor (2009) strategi koping didefinisikan sebagai pikiran dan perilaku yang digunakan untuk mengatur tuntutan internal maupun eksternal dari situasi yang menekan. Sementara itu, King (2010) mengemukakan bahwa strategi koping adalah upaya mengelola keadaan dan mendorong usaha untuk menyelesaikan permasalahan kehidupan seseorang, dan mencari cara untuk menguasai atau mengurangi stres.

Lazarus dan Folkman (dalam Safaria dan Saputra, 2009) mengemukakan terdapat dua aspek yang menyertai masing-masing aspek strategi koping tersebut yaitu: Aspek-aspek *emotion focused coping* (perilaku coping yang berorientasi pada emosi) yakni menjauh, kontrol diri, menerima tanggung jawab, menghindari, penilaian positif, dan mencari dukungan sosial, kemudian aspek *problem focused coping* (perilaku coping yang berorientasi pada masalah) yakni konfrontatif, pemecahan masalah terencana, dan mencari dukungan sosial berfokus pada masalah.

### Kekerasan Dalam Pacaran

Kekerasan dalam pacaran adalah tindakan atau ancaman untuk melakukan kekerasan, yang dilakukan salah seorang anggota dalam hubungan pacaran ke anggota lainnya (Sugarman & Hotaling dalam Krahe, 2001). Murray, (2007) mendefinisikan kekerasan dalam pacaran sebagai tindakan yang disengaja (*intentional*), yang dilakukan dengan menggunakan taktik melukai dan paksaan fisik untuk

memperoleh dan mempertahankan kekuatan (*power*) dan kontrol (*control*) terhadap pasangannya. Lebih lanjut dikatakan bahwa perilaku ini tidak dilakukan atas paksaan orang lain, sang pelaku lah yang memutuskan untuk melakukan perilaku ini atau tidak, perilaku ini ditujukan agar sang korban tetap bergantung atau terikat dengan pasangannya.

Shinta dan Bramanti (2007) mengungkap bahwa tidak hanya kekerasan fisik dan non fisik, tetapi ia juga menambahkan salah satu bentuk kekerasan yaitu kekerasan ekonomi. Adapun penjelasannya adalah sebagai berikut: a) Kekerasan fisik, adalah penggunaan secara instensif kekuatan fisik seperti memukul, menampar, menendang, mendorong, mencengkeram dengan keras pada tubuh pasangan dan serangkaian tindakan fisik yang lain; b) Kekerasan seksual adalah upaya melakukan hubungan seksual yang melibatkan seseorang yang tidak memiliki kemampuan untuk memahami kelaziman/kebiasaan atau keadaan dari aksi tersebut, tidak mampu untuk menolak, atau tidak mampu mengkomunikasikan ketidakinginan untuk turut dalam hubungan seksual seperti memeluk, mencium, meraba hingga melakukan hubungan seksual dibawah paksaan dan ancaman; c) Kekerasan psikologis/emosional dapat berupa tindakan ancaman kekerasan, atau taktik kekerasan/paksaan seperti mengancam, memanggil dengan sebutan yang mempermalukan pasangan menjelek-jelekan, juga mencakup kontrol terhadap apa yang dapat atau tidak dapat korban lakukan, mengisolasi korban dari teman-teman dan keluarga, menyangkal akses korban atau sumber-sumber daya yang mendasar lainnya dan berkhianat/berbohong, tindakan *stalking* seperti mengikuti, membututi dan serangkaian aktivitas yang mengganggu privasi dan membatasi aktivitas sehari-hari pasangan; d) Kekerasan ekonomi terjadi ketika pelaku kekerasan mengontrol secara penuh uang korban dan sumber-sumber ekonomi lainnya, kekerasan yang berhubungan dengan uang dan barang. Misalnya pacar suka meminta uang, utang tidak pernah membayar atau kalau meminjam barang tidak pernah mengembalikan dan kehilangan atau kerusakan barang dan uang milik korban.

### METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Menurut Moleong (2014), Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam tentang masalah-masalah manusia dan sosial. Pendekatan

yang digunakan dalam penelitian ini adalah fenomenologi dimana menurut Moustakas (dalam Creswell, 2013) metode ini merupakan strategi penelitian dimana di dalamnya peneliti mengidentifikasi hakikat pengalaman manusia tentang suatu fenomena tertentu. Subjek dalam penelitian ini adalah empat orang dengan kriteria: 1. Individu yang berusia 18-23 tahun; 2. Individu yang mengalami kekerasan dalam pacaran; 3. Individu yang saat ini pernah atau sedang menjalani hubungan pacaran (*dating*) dengan pasangannya; 4. Individu yang masa pacarannya lebih dari 1 tahun; 5. Tidak memiliki gangguan dalam komunikasi; 6. Bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian secara utuh.

Analisis data yang dilakukan untuk pengolahan data penelitian adalah menggunakan uji analisis regresi ganda menggunakan program bantuan komputer SPSS (*Statistical Packages for Social Science*) versi 24.0 for windows.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Subjek HR

Subjek pertama HR adalah perempuan berusia 21 tahun yang telah menjalin hubungan selama kurang lebih tiga tahun dan mulai mengalami kekerasan dalam pacaran setelah memasuki tahun pertama menjalin hubungan dan ini adalah pengalaman pertama subjek berpacaran. Pada awalnya HR mengalami kekerasan dalam pacaran dalam bentuk psikologis berupa serangan verbal dalam kata-kata kasar yang menghina fisik dan dipanggil dengan nama binatang serta dibuntuti oleh pacarnya beberapa kali dalam kegiatannya karena tidak percaya dengan apa yang subjek katakan. Kekerasan fisik berupa digigit hingga berdarah yang meninggalkan bekas lebam dan dilempari dengan barang serta kekerasan seksual berupa dipaksa untuk melakukan hubungan seksual. Subjek HR pun mulai diatur secara keuangan oleh pacarnya, mulai dari kartu atm milik HR dan pengeluaran apa saja yang digunakan HR diatur oleh pacarnya dan ketika HR meminta uang untuk memenuhi kebutuhan, hanya diberi secukupnya sesuai yang diminta oleh subjek.

Kesejahteraan subjektif yakni dari afektif bahwa subjek merasa tidak nyaman dan adanya perasaan sedih sehingga subjek menangis, perasaan tidak tenang karena subjek takut melakukan kesalahan yang membuat pacarnya marah dan berakhir dengan kekerasan. Dimensi kognitif berupa sering melamun dan mudah khawatir akan kemungkinan kekerasan yang akan dialami ketika

terjadi pertengkaran dengan pacarnya, oleh sebab itu HR menjadi lebih waspada agar pacarnya tidak marah karena ulahnya dan menjadi penyebab pertengkaran karena tidak menuruti pasangan dan membuat dirinya merasa bersalah.

HR menggunakan kedua bentuk strategi koping yang disesuaikan dengan masalah yang ada. Perilaku koping yang dimaksud adalah *problem focused coping*, dimana HR berusaha mengalah dan mengikuti keinginan pacar dengan tujuan untuk tidak memperparah keadaan. Sedangkan perilaku *emotion focused coping* HR adalah berusaha memendam perasaannya, melakukan tindakan yang sebaik mungkin agar tidak terjadi pertengkaran yang nantinya akan berujung pada tindak kekerasan. Namun jika sudah terjadi pertengkaran, HR menahan diri untuk mengalah dan menghindari. Pada akhirnya HR memilih bertahan dalam hubungannya sebagai bentuk *problem focused coping* dengan mempertimbangkan resiko yang mungkin lebih besar dikemudian hari. Pertimbangan tersebut adalah tidak siap untuk memulai hubungan percintaan yang baru dan adanya rasa rendah diri karena HR sudah tidak perawan lagi. Subjek juga melakukan *emotion focused coping* untuk mengurangi perasaan dengan mengambil nilai-nilai positif dari dukungan sosial dan dukungan emosional yang diterima subjek dari orang-orang terdekatnya.

### Subjek OT

Subjek kedua yaitu OT adalah lelaki berusia 23 tahun yang telah menjalin hubungan selama tujuh tahun (1 tahun LDR dan 6 tinggal di kota yang sama). Pada awalnya subjek mengalami kekerasan psikologis berupa posesif yang berlebihan, dimana OT diminta untuk memberikan kabar mengenai kegiatan sehari-harinya seperti kegiatan apa yang dilakukan, bersama siapa subjek melakukan kegiatan, kapan waktu mulai kegiatan dan waktu pulang, kemudian ketika OT lupa memberikan kabar pacarnya akan marah, selalu mengecek sosial media dan hp subjek tidak boleh berteman dengan orang-orang tertentu terutama lawan jenis walaupun hanya berteman di dunia maya pasangan subjek akan marah. OT juga dilarang untuk melakukan kegiatan lain selain dengan pacarnya. Kemudian kekerasan dalam bentuk fisik berupa pukulan dan tamparan yang meninggalkan bekas lebam. Selain itu, OT juga mendapatkan perilaku yang merugikan yakni pasangannya ketika marah suka melempar dan merusak barang milik OT.

OT memiliki kesejahteraan subjektif baik secara dimensi afektif maupun kognitif. Afektif atau perasaan subjek yang muncul adalah suasana hati yang berubah menjadi kesal, mudah panik, perasaan tegang, merasa malu dan tidak tenang ketika terjadi perkelahian. Dimensi kognitif berupa kekhawatiran bahwa pacarnya akan berteriak-teriak dan merusak barang-barang subjek, melempar mengenai subjek dan jika hal tersebut terjadi akan meninggalkan bekas yang harus ditutupi penyebabnya dari orang lain. OT menuturkan bahwa pacarnya tidak akan melihat situasi dan kondisi jika sudah marah sehingga membuat OT menjadi lebih waspada dalam bertindak dan bertutur kata, mengatur suasana hati dan emosi, dan lebih berpikir untuk penyelesaian masalah agar pacarnya tidak marah.

OT menggunakan kedua bentuk strategi koping yang disesuaikan dengan masalah yang ada. *Emotion focused coping* yang dilakukan OT adalah berusaha memendam perasaannya, melakukan tindakan yang sebaik mungkin agar tidak terjadi pertengkaran yang nantinya akan berujung pada tindak kekerasan. Namun jika sudah terjadi pertengkaran, OT menahan diri untuk mengalah dan menghindar. OT juga berusaha menenangkan diri dan memendam sendiri apa yang dirasakannya. OT juga berusaha mengabaikan masalah dengan cara meyakinkan diri bahwa masalah yang subjek alami dapat selesai dengan sendirinya. Bentuk *problem focused coping* yang dipakai OT adalah memilih tetap menjalani hubungannya walaupun dengan perilaku pacarnya yang terlalu posesif dan selalu mengakhiri perselisihan dengan kekerasan. Subjek juga melakukan *emotion focused coping* untuk mengurangi perasaan-perasaan yang berkecambuk dengan mengambil nilai-nilai positif dari dukungan sosial dan dukungan emosional yang diterima subjek dari orang-orang terdekatnya. OT juga berharap dapat menjadi pribadi yang lebih baik lagi dan berusaha lebih mendekatkan diri pada Tuhan dan berdoa agar pacarnya dapat berubah lebih baik lagi.

### Subjek SW

Subjek ketiga yaitu SW adalah wanita berusia 20 tahun dan saat ini sedang menempuh pendidikan tinggi sebagai mahasiswi di salah satu universitas yang ada di Kota Samarinda. Pada awalnya SW mengalami kekerasan psikologis berupa adanya dominasi dari pacar yang suka memaksakan kehendak. Selain itu, SW juga pernah diselingkuhi oleh pacarnya. Hubungan SW mulai diwarnai dengan kekerasan baik dalam bentuk serangan verbal

yang kasar seperti memanggil dengan sebutan binatang dan makian serta dalam bentuk fisik berupa tamparan, cubitan dan tendangan yang meninggalkan bekas lebam. Selain itu, SW juga mengalami kekerasan seksual berupa memaksa untuk mau melakukan walaupun subjek sudah berusaha untuk selalu menolak dan kata-kata yang melecehkan sehingga membuat subjek merasa tidak nyaman.

Terkait dengan kekerasan yang dialami, SW memiliki kesejahteraan subjektif baik secara dimensi afektif maupun kognitif. Dimensi afektif dirasakan oleh SW adalah suasana hati yang berubah menjadi kesal, mudah panik, dan menjadi lebih emosional. SW menjadi mudah khawatir dan perasaan tidak tenang ketika melakukan kegiatan dan bergaul dengan teman-temannya, karena pacarnya selalu menanyakan dan memantau kegiatan subjek. Dimensi dari segi kognitif berupa selalu memiliki pikiran negatif bahwa pacarnya sedang berselingkuh jika tidak mengangkat telepon ataupun lambat membalas *chat*, serta subjek ketakutan ketika bersama pacar sehingga subjek merasa tidak nyaman dan tidak tenang beraktivitas atau berinteraksi dengan orang lain, sampai subjek tidak selera makan sampai mengalami penurunan berat badan.

SW menggunakan kedua bentuk strategi koping, dimana SW melakukan *problem focused coping* berupa memberanikan diri menceritakan kekerasan yang dialami pada teman dekat yang dipercaya dan sepupu subjek untuk meminta nasehat dan solusi. SW sempat membenci dan menyalahkan diri sendiri karena memaafkan pacar yang selingkuh. Sedangkan *emotion focused coping* yang dilakukan SW adalah berusaha menghilangkan penatnya dengan menceritakan masalah yang sedang dialami. SW kadang minta ditemani oleh sepupu atau temannya agar tidak merasa sendiri, melakukan aktivitas seperti berkumpul, jalan-jalan ataupun sekedar berbincang dengan temannya serta berusaha menemukan makna positif dari pengalaman kekerasan yang dialami dalam hubungan subjek. Pada akhirnya SW memutuskan untuk berpisah dari pacarnya sebagai bentuk *problem focused coping*, namun sampai saat ini subjek belum bisa melupakan pengalaman kekerasan yang telah SW alami.

### Subjek GS

Subjek keempat yaitu GS adalah wanita berusia 22 tahun yang bekerja sebagai perawat disalah satu rumah sakit di Samarinda. Ketika bekerja di Samarinda subjek bertemu dan akhirnya berpacaran dan telah menjalani selama 4 tahun.

Hubungan mereka tidak diawali dengan kata pacaran namun sangat dekat layaknya orang yang menjalin kasih hingga mereka memutuskan untuk tinggal bersama. Pada awalnya GS mengalami kekerasan psikologis berupa serangan verbal yang kasar seperti memanggil dengan sebutan binatang, adanya dominasi dari pacar yang suka memaksakan kehendak dan ancaman melalui kata-kata bahkan dengan benda tajam seperti gunting atau pisau. Kemudian kekerasan dalam bentuk fisik berupa pukulan, tamparan dan tendangan yang meninggalkan bekas lebam. Selain itu GS pernah dilempari barang-barang. Kekerasan semakin mewarnai hubungan mereka ketika GS mengetahui pacarnya selingkuh. Kekerasan seksual yang dialami GS adalah dipaksa untuk membuka celana, karena pacar subjek cemburu dan ingin melihat apa yang sudah dilakukan subjek dengan temannya. Masalah keuangan juga sering menjadi pemicu konflik dalam hubungan yang subjek jalani. GS tak segan memberi gajinya terhadap pacar bahkan rela mengutang demi modal usaha pacarnya. Pacar korban yang mulai sukses dalam kerjanya membalas kebaikan subjek dengan membiayai semua keperluan subjek dengan syarat subjek harus selalu menuruti kata-kata pacarnya saat keadaan seperti itulah subjek makin dikekang dan semakin tidak bisa berbuat apa-apa kecuali menuruti kemauan pacarnya.

Dimensi afektif yang dirasakan oleh GS adalah senang jika berkumpul dengan teman kerjanya, suasana hati yang berubah menjadi tidak tenang dan mudah sedih ketika mengingat pacarnya yang melakukan kekerasan dalam pacaran. Dimensi kognitif berupa menjadi lebih waspada dan hati-hati dalam bertindak, awalnya subjek merasa senang karena secara finansial pasangan selalu bertanggung jawab dan tidak segan memberi uang, namun karena sebab itu pasangan semakin mengekang subjek. Kekhawatiran GS tertuju pada keuangan yang selalu ditanggung atau dibiayai oleh sang kekasih, takut berlebihan karena merasa pacar telah memberi banyak uang dan ketika kegiatan yang banyak lelaki nya membuat pacar subjek cemburu dan salah paham. Subjek GS merasa tidak nyaman, dan cenderung malah berpikiran negatif ketika pacarnya berbuat baik dengan memberi uang takut pacarnya semakin mengekang.

Strategi koping GS adalah *problem focused coping*, dimana GS sadar bahwa dirinya memiliki tanggung jawab atas kekerasan yang terjadi dan terkadang menyalahkan diri sendiri, namun GS berani melawan untuk membela diri ketika subjek

dipukul pacarnya. GS bahkan hampir mengakhiri hubungan dan meninggalkan pacarnya, namun ditahan oleh pacarnya. Sedangkan perilaku *emotion focused coping* GS adalah berusaha menjaga jarak dari pacarnya dan berusaha mengendalikan perasaannya dengan cara meminta bantuan dari teman pacarnya. GS menggunakan kedua bentuk strategi koping dan menyesuaikan dengan masalah yang ada. Sebagai bentuk *problem focused coping* GS berani mengambil langkah tegas untuk berbicara kepada pacarnya tentang perasaan ketidaknyamanan yang dirasakan GS terkait sikap pacarnya. Subjek juga melakukan *emotion focused coping* untuk mengurangi perasaan takutnya dengan menceritakan masalah yang sedang dialami pada temannya.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Subjek penelitian yang menjadi korban kekerasan dalam pacaran, mengalami bentuk-bentuk kekerasan berpacaran yang terjadi seperti, kekerasan fisik, kekerasan psikologis/emosional, kekerasan seksual, dan kekerasan ekonomi. Subjek penelitian memiliki kesejahteraan subjektif yang dapat dilihat dari dimensi afektif dan kognitif. Ke-empat subjek menggunakan strategi koping baik itu *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*.
2. Subjek HR memilih bertahan dalam hubungannya sebagai bentuk *problem focused coping* dengan mempertimbangkan resiko yang mungkin lebih besar dikemudian hari. Pertimbangan tersebut adalah tidak siap untuk memulai hubungan percintaan yang baru dan adanya rasa rendah diri karena HR sudah tidak perawan lagi. HR memiliki keyakinan bahwa sikap manusia pasti berubah, untuk itu subjek berharap suatu hari kelak, mungkin setelah menikah perilaku kasar dari pacarnya dapat berubah (hilang). Subjek juga melakukan *emotion focused coping* untuk mengurangi perasaan sedihnya dengan mengambil nilai-nilai positif dari dukungan sosial dan dukungan emosional yang diterima subjek dari orang-orang terdekatnya.
3. Subjek OT memilih untuk lebih tegas dan membenahi hubungannya dengan komunikasi karena ingin perilaku pacarnya yang terlalu posesif dan selalu mengakhiri perselisihan dengan kekerasan dapat berubah sebagai bentuk

*problem focused coping*. Subjek juga melakukan *emotion focused coping* untuk mengurangi perasaan tidak nyaman nya ketika terjadi perselisihan dengan mengambil nilai-nilai positif dari dukungan emosional yang diterima subjek dari orang-orang terdekatnya. OT juga berharap dapat menjadi pribadi yang lebih baik lagi, lebih tegas terhadap pacarnya, tidak selalu menjadi penurut dan berusaha lebih mendekati diri pada Tuhan.

4. Subjek SW memutuskan untuk berpisah dari pacarnya sebagai bentuk *problem focused coping*, subjek juga melakukan *emotion focused coping* dengan menceritakan masalah yang sedang dialami, SW kadang minta ditemani temannya agar tidak merasa sendiri, melakukan aktivitas seperti berkumpul, jalan-jalan ataupun sekedar berbincang dengan temannya serta berusaha menemukan makna positif dari pengalaman kekerasan yang menimpa subjek. SW berharap bahwa pengalaman dari hubungan yang pernah dijalani dapat membantu subjek menjadi pribadi yang lebih dewasa selektif dalam memilih pasangan.
5. Subjek GS masih mempertahankan hubungannya namun mengambil langkah tegas untuk berbicara serius mengkomunikasikan hubungan yang tidak sehat tersebut dengan pacarnya sebagai bentuk *problem focused coping*. Pertimbangan yang melatar belakangi keputusan tersebut adalah GS sudah lelah, merasa sakit yang amat sangat, dan tidak ingin hidup dengan kekerasan terus menerus. Subjek juga melakukan *emotion focused coping* dengan menceritakan masalah yang sedang dialami pada temannya. Selain mendapatkan dukungan emosional GS berharap dengan saling mengkomunikasikan perasaan masing-masing antar dia dan pasangan dapat menjadi pelajaran untuk menjalin hubungan kedepannya yang lebih serius. GS memiliki harapan agar pacarnya yang kasar bisa berubah perlahan seiring dengan berjalannya waktu dan juga bisa melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi.

### Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan di atas, maka saran yang dapat peneliti berikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi korban kekerasan dalam pacaran untuk yang memutuskan bertahan dalam hubungan, perlu diketahui bahwa menjalani suatu

hubungan pacaran perlu ditanamkan rasa saling menghargai, menghormati, keterbukaan, pengertian, kerjasama dan musyawarah dalam memutuskan sesuatu, kemudian untuk yang memutuskan mengakhiri hubungan diharapkan dapat lebih berbenah diri menjadi pribadi yang lebih baik dan bijak dalam memilih pasangan, lebih menghargai diri sendiri dan optimis dalam menjalani kehidupan. Diperlukan keterbukaan dari pihak korban yang mengalami kekerasan dalam pacaran, hal ini bertujuan agar korban yang mengalami kekerasan tersebut bisa dapat diberikan bantuan. Harus berani mengatakan “tidak” pada pacar ketika terjadi kekerasan dalam pacaran dan mencari solusi konkret seperti meminta bantuan pada lembaga dan instansi yang menaungi masalah mengenai kekerasan dalam berpacaran.

2. Bagi orang tua dan teman-teman terdekat perlu adanya perhatian yang lebih terutama pada remaja sebagai usia yang masih rentan terhadap hal-hal yang bersifat menyimpang tentunya memerlukan bimbingan dari orang tua. Salah satu hal yang menjadi perhatian adalah trend pacaran di kalangan remaja saat ini yang cenderung lebih bebas dalam mengekspresikan perasaan mereka, untuk itu diperlukan pengawasan dari para orang tua agar dapat memberikan perhatian, nasehat dan dampak-dampak negatif dan positif dari suatu hubungan pacaran.
3. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk membahas mengenai kekerasan dalam pacaran diharapkan dapat lebih berfokus pada pengetahuan masyarakat, khususnya para korban mengenai kekerasan dalam pacaran, dampak kekerasan para korban dikaitkan dengan pola kepribadian, pola asuh orangtua ataupun dukungan dari teman sebaya.

### DAFTAR PUSTAKA

- Adriansyah, M. A., & Hidayat, K. (2013). Pengaruh harga diri dan penalaran moral terhadap perilaku seksual remaja berpacaran. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 2(1), 1-9.
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2002). Very happy people. *Journal psychological science*, 13, 81-84.
- Eddington, N., & Shuman, R. (2005). *Subjective Well Being (Happiness)*. Continuing Psychology Education: 6 Continuing Education Hours.

- Eid, M., & Larsen, R. J.(2008). *The Science of Subjective Well Being*. New York: The Guilford Pres.
- Folkman, S. (1984). Personal control and stress and coping processes: a theoretical analysis. *Journal of personality and social psychology*, 46(4), 839–852.
- Komnas Perempuan. (2002). *Peta kekerasan: pengalaman perempuan Indonesia*. Jakarta: Aneepro.
- Moleong, L. J. (2014). *Metode penelitian kualitatif*. Bandung. PT.Remaja Rosdakarya.
- Murray, J. (2007). *But i love him*. HarperCollins e-book.
- Santoso, T. (2002). *Teori-teori kekerasan*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Santrock, J. W. (2007). *Psikologi perkembangan remaja*. Terjemahan: B. Adelar dan S. Sharagih). Jakarta: Erlangga.
- Seligman, M, E. (2005). *Menciptakan kebahagiaan dengan psikologi positif (authentic happiness)*. Bandung: PT. Mizan Pustaka.
- Shinta, D. H., & Bramanti, O. C. (2007). *Kekerasan dalam Rumah Tangga*. Jakarta: LBH APIK dan Aliansi Nasional Reformasi KUHP.
- Straus, M. A. (2004). Prevalence of violence against dating partners by male and female university students worldwide. *Violence against women*, 10(7), 790-811.
- Subhan, Z. (2004). *Kekerasan terhadap perempuan*. PT LKiS Pelangi Aksara.