

DINAMIKA EMOSI REMAJA PEREMPUAN YANG SEDANG MENGALAMI KEKERASAN DALAM PACARAN

ASA ILMA WISHESA
VERONIKA SUPRPTI

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

asailmawishesa@gmail.com

Abstract : This study aims to look at the dynamics of emotional adolescent girls who are experiencing dating violence. The focus of research is looking at the dynamics of emotion teenage girls when in the cycle of violence. This cycle happens repeatedly. The cycle of violence includes three phases namely the tension building phase, phase explosion and honeymoon phase. At each phase of the victims suffered emotional instability or may be called by the dynamics of emotions. This study used a grand theory of feedback loops to see the emotional dynamics of the theory and the cycle of violence Plutchik (2003) using the theory of Brown (1997). This study uses qualitative research type intrinsic case study with thematic analysis theory driven. The study involved 3 participants who are experiencing violence in dating relationship and 3 significant others. Subject I was a student (21 years), the second subject is a student (21 years), and the third subject had just completed high school education (18 years). All three subjects had the same experience violence in dating but all three have different experience. Subject I suffered verbal emotional and sexual abuse. Subject II suffered emotional verbal abuse. Subject III suffered emotional verbal abuse. All three have different reasons when deciding to choose maintain dating relationships. The results of this study indicate that each subject has fluctuated according to the emotional dynamics of the cycle of violence in dating relationships.

Keywords: dynamics of emotion, dating violence, girls

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk melihat dinamika emosi remaja perempuan yang sedang mengalami kekerasan dalam pacaran. Fokus penelitian adalah melihat dinamika emosi remaja perempuan ketika berada dalam siklus kekerasan (cycle of violence). Siklus ini terjadi secara berulang-ulang. Siklus kekerasan mencakup tiga fase yakni fase tension building, fase explosion dan fase honeymoon. Pada tiap fase tersebut korban mengalami ketidakstabilan emosi atau dapat disebut dengan dinamika emosi. Penelitian ini menggunakan grand theory feedback loops untuk melihat dinamika emosi dari teori Plutchik (2003) dan cycle of violence menggunakan teori dari Brown (1997). Penelitian ini menggunakan tipe penelitian kualitatif studi kasus intrinsik dengan analisis tematik theory driven. Penelitian ini melibatkan 3 orang partisipan perempuan yang sedang mengalami kekerasan dalam pacaran dan 3 orang significant other. Subjek I merupakan seorang mahasiswi (21 tahun), subjek II merupakan mahasiswi (21 tahun), dan subjek III baru saja menyelesaikan pendidikan SMA (18 tahun). Ketiga subjek memiliki pengalaman yang sama yaitu kekerasan dalam pacaran namun ketiganya memiliki pengalaman yang berbeda. Subjek I mengalami kekerasan verbal emosional dan kekerasan seksual. Subjek II mengalami kekerasan verbal emosional. Subjek III mengalami kekerasan verbal emosional. Ketiganya memiliki alasan yang berbeda-beda ketika memutuskan memilih mempertahankan hubungan pacaran. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tiap subjek mengalami fluktuasi dinamika emosi sesuai dengan siklus kekerasan dalam hubungan pacaran. Kata kunci : dinamika emosi, kekerasan dalam pacaran, remaja perempuan.

PENDAHULUAN

Suatu hubungan pasti terdapat suatu masa dimana pasangan menghadapi suatu konflik. Suatu konflik dapat terjadi diakibatkan oleh beberapa masalah yang dihadapi oleh pasangan, misalnya adanya perbedaan pendapat mengenai suatu hal, cemburu kepada pasangan serta perbedaan kepribadian. Munculnya konflik yang terus menerus dapat menyebabkan munculnya kekerasan yang dilakukan oleh salah satu pihak kepada pasangannya (Handayani, dkk., 2008).

Fenomena kekerasan yang dilakukan oleh salah satu pihak yang kini tengah marak terjadi dalam masyarakat ternyata tidak hanya terjadi pada pasangan yang telah berumah tangga saja namun juga banyak dijumpai pada pasangan yang masih berpacaran. The University of Michigan Sexual Assault Prevention and Awareness Center in Ann Arbor mendefinisikan kekerasan dalam pacaran merupakan penggunaan taktik kekerasan dan pemaksaan fisik yang digunakan dengan sengaja untuk memperoleh dan memelihara kekuasaan serta sepenuhnya mengontrol terhadap pasangan. Berdasarkan definisi tersebut, terdapat tiga kunci dalam kekerasan, yakni intentional, power dan control. Kekerasan dalam pacaran dapat dibagi menjadi tiga jenis, yaitu kekerasan fisik, seksual dan verbal emosional (Murray, 2007).

Padahal seharusnya pacaran adalah masa-masa yang indah, sumber mencari keamanan, kenyamanan dan rekreasi (Hurlock, 1997; Santrock, 2003; Handayani, dkk., 2008; Nurifah 2013) namun pada kenyataannya kekerasan dalam pacaran terus meningkat. Kekerasan dalam pacaran setiap tahunnya meningkat dari tahun-ke tahun di Indonesia. Catatan Tahunan Kekerasan terhadap Perempuan oleh Komnas Perempuan mencatat 1.299 kasus pada tahun 2010, 1.405 kasus pada tahun 2011, 1.085 kasus pada tahun 2012 dan 2.507 kasus pada tahun 2013 (Catatan Tahunan Kekerasan terhadap Perempuan oleh Komnas Perempuan, 2010, 2011, 2012, 2013).

Kekerasan dalam pacaran tidak hanya terjadi di dalam negeri saja namun juga di luar negeri. California Selatan mencatat lebih dari 200 orang perempuan menjadi korban kekerasan tiap tahunnya ataupun kuliah, 1/3 mengaku pernah mengalami kekerasan dalam pacaran. The National Crime Victimization Survey (NCVS) 1998 mencatat kekerasan terhadap perempuan mencapai 31%. Penemuan selama 20 tahun,

didapatkan beberapa diantaranya adalah remaja dan dewasa awal adalah korban terbanyak.

Anehnya, banyak remaja perempuan yang memilih untuk mempertahankan hubungan pacaran yang mengandung kekerasan. Hal ini karena dalam berpacaran penekanan terhadap gender semakin meningkat. Laki-laki sebisa mungkin memperlihatkan sisi maskulin dan perempuan memperlihatkan sisi femininnya. Laki-laki dituntut untuk menjadi pemimpin dalam suatu hubungan sehingga laki-laki memiliki kekuasaan yang lebih besar untuk mengendalikan hubungan yang dijalani sedangkan perempuan hanya menanggapi dan berpartisipasi pada rencana hubungan yang ditentukan oleh laki-laki (Santrock, 2002).

Remaja perempuan menghayati peran yang diberikan dari lingkungannya bahwa laki-laki memang wajar untuk mendominasi suatu hubungan dan perempuan hanya berperilaku pasif, menuruti kendali laki-laki (Fraser, 2004; Marcus, 2003; Murray, 2007).

Remaja perempuan seringkali malu kepada teman dan keluarga serta merasa memiliki tanggung jawab atas hubungan yang sedang dialaminya sehingga individu tersebut akan berusaha menutupi bahwa dalam hubungan pacaran yang sedang dijalannya mengandung kekerasan. Andaiipun terlihat oleh orang lain maka remaja perempuan yang menjadi korban cenderung meminimalisasi kekerasan yang sedang dialaminya karena pacar juga merupakan identitas dan reputasi bagi remaja perempuan sehingga banyak diantara mereka akan menutupi keburukan pacar (Chung, 2007; Graham dalam Sekarlina, 2013).

Hal lain yang menyebabkan remaja perempuan luluh kembali kepada pelaku karena dalam kekerasan tersebut terselip permintaan maaf, penyesalan, berjanji akan berubah oleh pelaku kekerasan dan cenderung berbuat baik kepada korban sehingga membuat korban mencoba berpikir kembali sehingga akan memaafkan pelaku dan kembali pada hubungan seperti semula atau biasa yang disebut dengan siklus kekerasan atau cycle of violence (Fraser, 2004; Chung, 2003).

Kekerasan dalam pacaran yang terus berlangsung nantinya akan membawa berbagai dampak negatif, baik fisik maupun psikologis. Dampak fisik antara lain, kehamilan yang tidak diinginkan, tertular penyakit seperti HIV, AIDS, sifilis, dan herpes (Katjasungkana, 2005; Chung, 2007) sedangkan dampak psikologis yang dapat dialami oleh korban kekerasan dalam pacaran

di atas memperlihatkan bahwa kajian-kajian yang selama ini terekspos mayoritas menunjukkan dampak-dampak negatif akibat kekerasan dalam pacaran dan alasan-alasan mengapa remaja perempuan tetap mempertahankan hubungan pacaran tersebut. Belum adanya kajian mengenai bagaimana proses kejadian sehingga menimbulkan emosi-emosi seperti sedih, marah, kecewa dan takut pada korban kekerasan dalam pacaran sehingga inilah yang melatarbelakangi ketertarikan penulis untuk mengkaji lebih dalam mengenai dinamika emosi remaja perempuan yang sedang mengalami kekerasan dalam pacaran dalam siklus kekerasan sehingga nantinya dapat digunakan sebagai kajian acuan untuk mendeteksi awal dan usaha preventif ada tidaknya kekerasan dalam pacaran. Apabila terdeteksi adanya kekerasan dalam pacaran, maka kajian penulis ini dapat dijadikan sebagai usaha preventif sebelum dampak-dampak negatif kekerasan dalam pacaran berakibat pada hal-hal yang lebih buruk pada korban.

Dinamika Emosi

Plutchik (2003) mengatakan bahwa emosi adalah perasaan subjektif terhadap suatu kejadian yang dapat menimbulkan disonansi kognitif, yang mengganggu keseimbangan dan oleh karenanya diupayakan untuk kembali pada kondisi seimbang (konsonan). Dengan mengalami dinamika emosi akan terjadi proses penyesuaian diri di lingkungan. Hal inilah yang disebut sebagai teori psychoevolutionary.

Penulis menggunakan sequintal model emosi digambarkan sebagai sebuah rangkaian namun bukan rangkaian yang bersifat linier. Para ahli psikologi menyatakan bahwa emosi dilihat sebagai proses yang bersifat berputar (feedback loops). Emosi bukanlah situasi yang linear namun merupakan proses yang bolak-balik. Fungsi afeksi adalah untuk memulihkan individu pada bentuk seimbang (equilibrium) atau dengan kata lain perilaku yang dihubungkan dengan emosi cenderung untuk mengurangi emosi yang dihasilkan. Hal ini dapat dimisalkan emosi marah akan membentuk perilaku membentak sehingga emosi yang dikeluarkan dalam bentuk perilaku akan menyebabkan emosi kembali netral dan berada dalam kondisi seimbang (equilibrium state). Peristiwa yang tidak biasa ini akan mengubah level afeksi (yang tidak seimbang) sehingga dapat menghasilkan perilaku untuk mencoba membangun bentuk yang seimbang lagi. Psychoevolutionary

menerima bahwa emosi adalah bagian yang kompleks, berputar dan arus balik.

Kekerasan dalam Pacaran

The University of Michigan Sexual Assault Prevention and Awareness Center in Ann Arbor mendefinisikan dating violence (kekerasan dalam pacaran) merupakan penggunaan taktik kekerasan dan pemaksaan fisik yang digunakan dengan sengaja untuk memperoleh dan memelihara kekuasaan serta sepenuhnya mengontrol terhadap pasangan. Berdasarkan definisi tersebut, terdapat tiga kunci dalam kekerasan, yakni kesengajaan, kekuasaan dan kontrol (Murray, 2007).

Kekerasan dalam pacaran, Murray (2007) membagi kekerasan dalam pacaran ke dalam tiga bentuk kekerasan, yaitu:

- a. Kekerasan verbal dan emosional
 - 1) Memanggil pasangan dengan nama panggilan yang tidak pantas.
 - 2) Memberi pandangan mengintimidasi
 - 3) Mengecek setiap panggilan dan SMS yang ada dalam ponsel.
 - 4) Membuat pasangan menunggu lama untuk telepon atau jemputan.
 - 5) Menggunakan kata-kata kasar, berteriak, dan membentak.
 - 6) Menguasai waktu pacar.
 - 7) Menjauhkan dari keluarga dan teman-teman.
 - 8) Membuat pacar merasa tidak nyaman.
 - 9) Menyalahkan pacar bila ada permasalahan.
 - 10) Memanipulasi agar dirinya tampak menyedihkan.
 - 11) Mengancam
 - 12) Menginterogasi, cemburu berlebihan, selalu curiga, selalu dan mengontrol kegiatan
 - 13) Mempermalukan di depan umum.
- b. Kekerasan seksual
 - 1) Memaksa berhubungan seksual
 - 2) Memaksa untuk menyentuh bagian-bagian tubuh meski pacar tidak mengizinkan atau tidak menyukainya.
 - 3) Memaksa untuk mencium meski pacar tidak menginginkan.
- c. Kekerasan fisik
 - 1) Memukul, menampar dan mendorong
 - 2) Mencengkeram tangan untuk menghalangi pacar melakukan sesuatu
 - 3) Bertengkar atau becanda hingga menyakiti

Siklus Kekerasan dalam Pacaran

Siklus kekerasan (cycle of violence) merupakan teori yang dikemukakan oleh Brown

HASIL PENELITIAN

Kekerasan dalam pacaran yang dialami oleh remaja perempuan dalam penelitian ini meliputi kekerasan verbal emosional dan kekerasan seksual. Kekerasan ini membawa dampak buruk bagi remaja perempuan apabila memilih untuk terus mempertahankan hubungan pacaran.

Kekerasan dalam pacaran memiliki siklus yang disebut dengan cycle of violence. Tiga fase tersebut adalah fase tension building, fase explosion dan fase honeymoon dimana tiap fase tersebut memiliki karakteristik yang berbeda-beda. Setiap remaja perempuan yang sedang mengalami kekerasan dalam pacaran akan selalu mengalami tiga fase ini.

Setiap fase dalam cycle of violence akan menggambarkan dinamika emosi yang berbeda-beda pada remaja perempuan dan memperlihatkan ciri khas pada setiap fase. Dinamika emosi meliputi komponen stimulus event, inferred cognition, feeling state, physical arousal, impulses to action, overt behavior dan effect. Emosi digambarkan sebagai sebuah rangkaian namun bukan rangkaian yang bersifat linier. Klinikan menyatakan bahwa emosi dilihat sebagai proses yang bersifat circular (feedback loops). Dinamika emosi terus bergulir untuk mencapai keadaan seimbang dan hingga mencapai pada fase honeymoon.

PEMBAHASAN

Ketiga subjek mengalami semua komponen dalam feedback loops yang dikemukakan dalam teori Plutchik (2003) yaitu stimulus event, inferred cognition, feeling state, physical arousal, impulses to action, dan effect.

Komponen-komponen dalam dinamika emosi (feedback loops) tidak berhenti di effect saja namun terus bergulir hingga membentuk suatu rangkaian dan memunculkan dinamika emosi.

Emosi digambarkan sebagai sebuah rangkaian namun bukan rangkaian yang bersifat linier. Klinikan menyatakan bahwa emosi dilihat sebagai proses yang bersifat circular (feedback loops). Hal ini sesuai dengan penelitian yang ditulis oleh penulis bahwa dinamika emosi terus bergulir untuk mencapai keadaan seimbang dan terus bergulir hingga mencapai pada fase honeymoon.

Dinamika emosi yang terus bergulir ini akan berhenti beberapa saat setelah subjek mencapai fase honeymoon namun akan kembali bergulir apabila ada kondisi kekerasan yang kembali muncul. Remaja perempuan pada kasus

kekerasan dalam pacaran ini mengalami emosi yang fluktuatif mulai dari fase tension building, fase explosion dan fase honeymoon. Emosi yang ditampilkan oleh subjek I, II dan III adalah kecewa, sedih, marah, takut maupun senang dan menerima.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hal tersebut maka alasan remaja perempuan mempertahankan hubungan pacaran karena sudah dekat dengan keluarga pacar, pacar berjanji akan berubah, merasa kasihan dengan pacar, takut dengan pacar dan karena prinsip yang dianut.

Dinamika emosi yang bergejolak pada remaja perempuan yang sedang mengalami kekerasan dalam pacaran disebabkan karena tahap perkembangan remaja itu sendiri berkaitan dengan adanya konsep gender, konsep diri dan lingkungan, yaitu faktor keluarga dan faktor sosial.

Saran yang dapat diberikan Bagi masyarakat (remaja perempuan yang sedang menjalin hubungan pacaran). Penelitian ini dapat menjadi sarana edukatif bagi masyarakat sebagai referensi tentang berbagai permasalahan yang dapat muncul dalam pacaran. Diharapkan, pembelajaran tentang fenomena ini menjadi upaya preventif agar terhindar dari permasalahan maupun sebagai bahan pertimbangan untuk penyikapan yang sehat.

Bagi penelitian selanjutnya Bagi penelitian selanjutnya. Peneliti yang memiliki minat kajian tentang kekerasan dalam pacaran dapat melakukan pendalaman maupun perluasan riset pada beberapa hal, antara lain: Penggunaan dasar teori yang berbeda tentang dinamika emosional. Terdapat beberapa teori lain tentang dinamika

Emosional yang dapat menjadi kerangka acuan yang berbeda dalam melihat fenomena. Perspektif yang digunakan dapat memberikan penjelasan dengan sudut pandang yang berbeda. Fokus penelitian yang berbeda. Kekerasan dalam pacaran merupakan fenomena yang dapat dibahas dari banyak segi. Perbedaan fokus akan memberikan penjelasan yang lebih kaya tentang fenomena ini.

Penerapan pada karakteristik subjek maupun konteks yang berbeda. Beberapa temuan dalam pembahasan merupakan fenomena yang terjadi pada suatu kelompok subjek dalam konteks situasi tertentu. Hasil temuan perlu diteliti, apakah terjadi juga pada kelompok pada subjek dengan konteks kehidupan yang berbeda.

- Ayu, S., Hakimi, M., & Hayati, E. (2012). Kekerasan dalam pacaran dan kecemasan remaja putri di Kabupaten Purworejo. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* Vol. 6 No. 1 Januari 2012 :1-74.
- Chung, D. (2007). Making meaning of relationships : young women's experiences and understandings of dating violence. *Journal of Violence Against Women*, volume 13 number 12 1274-1295
- Fraser, H. (2004). Women, love and intimacy “gone wrong” : Fire, wind and ice. *Journal of Affilia*, vol 20 no.1, Spring 2005 10-20
- Handayani, M, dkk (2008). Psikologi Keluarga. Surabaya : Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
- Hurlock, E.B. (1997). Psikologi perkembangan : Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan. (edisi kelima). Jakarta : erlangga
- Katjasungkana, S. (2005). Memutus rantai kekerasan terhadap perempuan : Perempuan dan kekerasan. Surabaya : Lutfansah.
- Kekerasan Terhadap Perempuan Meningkat - Bapermas kekerasan dalam pacaran (KDP) kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) pemerkosaan pencabulan Spek-HAM Solo –Soloraya diakses pada tanggal 21 Desember 2013 dari <http://www.solopos.com/2013/12/21/2013-kekerasan-terhadap-perempuan-meningkat-476312>
- Marcus, R., & Swett, B. (2003). Violence in close relationships the role of emotion. *Journal Aggression and Violent Behavior*, 8(2003) 313-327
- Meadows, R. (2005). Understanding violence and victimization. New Jersey : Pearson Prantice Hall.
- Murray, J. (2007). But i love him: Protecting your daughter from controlling, abusive dating relationship. New York: Harper Collins Publisher.
- Nurifah, S. (2013, 12 Mei). Jurnal Perempuan : Layanan Informasi dan Dokumentasi
- Plutchik, R. (2003). Emotions and life : Perspective from psychology, biology and evolution. Washington, D.C, USA : American Psychological Association.
- Santrock, J. (2002). Life span development : Perkembangan masa hidup, edisi 5, jilid II. Jakarta : Erlangga.
- Sekarlina, I. (2013). Stockholm syndrome pada wanita dewasa awal yang bertahan dalam hubungan yang penuh kekerasan. Universitas Airlangga Surabaya.
- Shorey, R., Temple, J.R., Febres, J., Brasfield, H., Sherman, A.E., Stuart, G.L.(2012). The consequences of perpetrating psychological aggression in dating relationships : A descriptive investigation. *Journal of Interpersonal Violence* 27(15) 2980-2998.