Tahapan Pengambilan Keputusan untuk Meninggalkan Hubungan Pacaran dengan Kekerasan pada Perempuan Dewasa Awal Ditinjau dari *Stages of Change*

Dila Widya Sambhara
Ika Yuniar Cahyanti
Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

Abstract.
This study aims to see the descriptions of decision making stages for leaving abusive dating violence for early adulthood women viewed from the Stages of Change theory. This study involved two participants with the past experience of abusive dating relationship. This study used the qualitative approach with study case method. Data collection device used were the semistandardized interview. The result of this study shows that both of the subjects passed through the stages of decision making for leaving abusive dating relationship, despite of the differences in their ways of passing the stages. This study concluded that there will be some differences in experiencing of the decision making for leaving abusive dating relationship one person to another.

Key words: *decision making stages for leaving abusive dating violence, early adulthood women, Stages of Change theory*

Abstrak.
Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran tahapan pengambilan keputusan untuk meninggalkan hubungan pacaran dengan kekerasan pada perempuan dewasa awal ditinjau dari Stages of Change. Penelitian ini melibatkan dua orang partisipan dengan pengalaman kekerasan yang berbeda. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Alat pengumpul data menggunakan wawancara semistandar. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kedua subjek melewati tahapan-tahapan dalam tahapan pengambilan keputusan meninggalkan hubungan pacaran dengan kekerasan, meskipun dengan langkah yang berbeda antar satu orang dengan yang lain. Maka, dapat disimpulkan bahwa masing-masing individu dapat memiliki langkah yang berbeda dalam tahapan pengambilan keputusan untuk meninggalkan hubungan pacaran dengan kekerasan dari teori yang ada.

Kata kunci *: Tahapan pengambilan keputusan untuk meninggalkan hubungan pacaran dengan kekerasan; Perempuan dewasa awal; Stages of Change*

Korespondensi :
Dila Widya Sambhara, email: dilawidyas@gmail.com
Ika Yuniar Cahyanti, email : ika.yuniar@psikologi.unair.ac.id
Fakultas Psikologi. Universitas Airlangga, Jalan Airlangga 4-6, Surabaya - 60286

PENDAHULUAN

Sebelum 1981, sedikit perhatian yang diberikan pada permasalahan tentang kekerasan dalam pacaran (Shook dkk., 2000). Kajian tentang kekerasan interpersonal pada awalnya lebih banyak berfokus pada kekerasan dalam rumah tangga dan kekerasan pada anak. Namun ketika muncul penelitian yang dilakukan oleh Makepeace (1981) mengenai kekerasan dalam pacaran untuk pertama kalinya, baru mulai banyak penelitian-penelitian baru yang membahasnya.

Banyak penelitian yang memberikan informasi mengenai prevalensi munculnya kekerasan dalam pacaran. Makepeace (1981) yang menjadi pioneer dalam menginvestigasi kekerasan dalam pacaran, mengindikasikan bahwa satu dari lima mahasiswa pernah mengalami setidaknya satu insiden kekerasan fisik dalam hubungan pacaran. Makepeace (1986) juga melaporkan bahwa perempuan lebih sering mengalami kekerasan dibanding laki-laki.

Di Indonesia sendiri, menurut Catatan Tahunan Komisi Nasional (Komnas) Perempuan pada tahun 2011, terdapat sekitar 119.107 total kasus kekerasan pada perempuan, dimana 3% atau sejumlah 1.405 kasus dari jumlah tersebut adalah kasus kekerasan dalam pacaran (Lembar Catatan Tahunan Komisi Nasional Perempuan, 2012). Berdasarkan survei yang dilaksanakan oleh SeBAYA PKBI Jatim di Surabaya tahun 2012 (Kekerasan dalam..., 2013) 34,1% remaja mengalami kemarahan dari pasangan bila tidak mau berciuman, 33,5% pasangan membentak ketika beda pendapat, 14,2% pasangan membatasi kegiatan sosial pasangannya, 13,0% pasangan mengatakan tidak cinta bila pasangannya tidak mau berhubungan seks, 11,3% pasangan memukul dan menendang pasangannya, dan 8,0% pasangan meminta putus ketika pasangannya menolak berhubungan seks. Tidak semua kasus kekerasan yang terjadi dilaporkan, oleh karena itu jumlah kasus yang tercatat secara formal dalam suatu institusi bisa jadi bukan jumlah kasus yang sebenarnya di lapangan.

Kekerasan dalam pacaran memiliki beberapa bentuk. Beberapa peneliti sebelumnya memberikan bentuk yang berbeda-beda. Salah satu penelitian, yaitu penelitian oleh Anderson dan Danis (2007) memberikan definisi kekerasan dalam pacaran melingkupi penggunaan kekerasan secara fisik, seksual, atau verbal. Dari beberapa hasil penelitian sebelumnya yang peneliti telah temukan, banyak yang menggunakan definisi kekerasan dalam pacaran yang memiliki tiga sisi utama, yaitu kekerasan secara fisik, seksual, dan psikologis.

Sebuah asumsi yang bersifat "*common sense*" mengatakan bahwa lebih mudah bagi seorang perempuan untuk mengakhiri hubungan berpacaran dengan pasangan yang melakukan kekerasan. Alasannya karena dia tidak memiliki anak atau properti bersama dan tidak tergantung secara ekonomi dengan pasangannya (Chung, 2007). Kenyataan yang muncul adalah beberapa penelitian menunjukkan bahwa masih ada perempuan yang memilih untuk bertahan dalam hubungan dengan kekerasan. Perilaku tidak menyenangkan yang dilakukan oleh pasangan terhadap korban kekerasan sering dianggap korban sebagai sikap "protektif" dan rasa kasih sayang pelaku terhadap korban (Chung, 2007). Seseorang yang mengalami kekerasan percaya bahwa mereka memiliki sedikit alternatif dalam masalah tersebut, mereka akan cenderung untuk bertahan dalam hubungan *abusive* tersebut (Henton, dkk., 1983). Beberapa kasus tentang korban kekerasan dalam pacaran yang memilih untuk bertahan dalam hubungan di Indonesia dimunculkan dalam media massa. Tidak banyak kasus-kasus tentang kekerasan dalam pacaran dapat terdata dalam bentuk statistik secara akurat karena korban lebih sering memilih untuk tidak melaporkan tindakan kekerasan tersebut kepada pihak yang berwajib. Beberapa korban menganggap bahwa kekerasan merupakan hal yang wajar terjadi dalam hubungan pacaran sehingga korban memilih untuk tidak melaporkannya pada orang lain (Dipukul Pacar?..., 2012). Payung hukum untuk kekerasan dalam pacaran ini juga belum ada secara spesifik dan masih menggunakan UU No. 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak dan KUHP, diantaranya dengan pasal penganiayaan, pemerkosaan, serta pelecehan (SR, 2012). Perlindungan hukum yang belum jelas ini juga menjadi salah satu faktor yang menyebabkan korban tidak melaporkan perkara ini ke pihak berwajib.

Alasan yang menyebabkan seseorang memilih untuk bertahan dalam hubungan pacaran dengan kekerasan cukup beragam. Korban yang memutuskan untuk bertahan biasanya disebabkan karena korban memiliki harapan pada pelaku kekerasan untuk berubah menjadi orang yang tidak menggunakan kekerasan lagi suatu saat nanti (CY,

2013). Ada pula yang menyebutkan bahwa adanya ketakutan untuk kehilangan dan ketergantungan tertentu pada pasangan yang melakukan kekerasan menjadi alasan untuk bertahan (SR, 2012). Alasan-alasan tersebut dapat bersumber dari lingkungan eksternal korban juga dari kepribadian dan kondisi internal korban.

Peneliti-peneliti terdahulu telah mengidentifikasikan bermacam-macam faktor yang mempengaruhi keputusan korban kekerasan untuk bertahan dalam hubungan dengan dengan kekerasan. Salah satunya adalah pengaruh masa lalu dimana korban mungkin pernah mengalami kekerasan saat anak-anak. Orang yang pernah mengalami kekerasan di masa kecilnya memiliki kemungkinan yang besar untuk bertahan dalam hubungan pacaran dengan kekerasan disebabkan oleh adanya pembelajaran untuk menoleransi perlakuan kasar yang sering terjadi saat anak-anak tersebut (Edwards dkk., 2011).

Self-esteem yang rendah dan *coping stress* yang tidak tepat juga dapat menjadi faktor dalam pembuatan keputusan untuk bertahan (Edwards dkk., 2011). Selain itu penemuan dari studi-studi sebelumnya mengindikasikan bahwa korban yang berada dalam hubungan yang terdapat kekerasan di dalamnya dalam durasi yang lebih lama akan lebih cenderung untuk bertahan dalam hubungan tersebut (Strube & Barbour, 1984).

Power yang dimiliki pelaku untuk mendominasi korban juga dapat menjadi sebab korban memilih untuk bertahan dalam hubungan tersebut. Kekerasan yang dilakukan oleh pelaku digunakan untuk menunjukkan bahwa posisi pelaku lebih dominan dalam hubungan. Pelaku juga akan menganggap bahwa pelaku-lah yang berhak membuat segala keputusan dalam hubungan yang dijalani dan mereka mampu mengontrol perilaku korban. Dengan adanya dominasi ini, korban dapat merasa sulit untuk bersikap asertif dalam hubungannya dan menimbulkan perasaan tak berdaya untuk meninggalkan hubungan (Filson dkk., 2010).

Literatur penelitian lain menemukan bahwa komitmen emosional yang memegang peran yang sangat kuat dalam penerimaan kekerasan dan juga hasil suatu hubungan (Arriaga, 2002). Korban yang bertahan dalam hubungan tersebut bukan berarti ingin untuk diberi kekerasan, namun ia membuat pilihan sendiri untuk bertahan walaupun ia disakiti (Lewis & Fremouw, 2001).

Penelitian di Indonesia tentang pengaruh keputusan untuk bertahan dalam hubungan yang penuh kekerasan juga telah dilakukan. Salah satunya tentang *stockholm syndrome* pada wanita dewasa awal yang bertahan dalam hubungan yang penuh kekerasan oleh Sekarlina (2013). Penelitian tersebut menyebutkan bahwa korban kekerasan tersebut memiliki distorsi kognitif tertentu yang akhirnya menyebabkan korban kesulitan untuk melepaskan diri dari pelaku dan memilih untuk mempertahankan hubungan tersebut. Penelitian lain yang dilakukan oleh Rachim dan Margaretha (2011) menyebutkan bahwa trauma masa kanak-kanak juga dapat menjadi penyebab seseorang menerima perlakuan kekerasan dalam relasi intim di masa dewasa, secara tidak langsung hal ini juga dapat mempengaruhi pengambilan keputusan untuk melepaskan diri dari pelaku seperti hasil penelitian Edwards dkk. (2011) yang telah disebutkan sebelumnya.

Melihat dari cukup banyaknya jumlah orang dan faktor-faktor yang menyebabkan korban bertahan dalam hubungan pacaran dengan kekerasan, korban menjadi rentan untuk bertahan dan sulit melepaskan diri dari hubungan tersebut. Hal ini tidak menutup kemungkinan munculnya kasus korban yang akhirnya mampu melepaskan diri dari hubungan tersebut meskipun dengan banyaknya rintangan dalam melepaskan diri seperti yang telah dijelaskan sebelumnya.

Fenomena melepaskan diri dari hubungan pacaran dengan kekerasan ini dibahas dalam salah satu penelitian oleh Edwards dkk. (2012). Hasil penelitian tersebut menyebutkan bahwa korban kekerasan melewati serangkaian tahapan dalam melepaskan diri dari hubungan pacaran dengan kekerasan. Tahapan-tahapan tersebut merupakan tahapan perubahan perilaku dari *Transtheoretical Model of Change* milik Prochaska dan DiClemente. Tahapannya adalah (a) *Precontemplation*, yaitu tahapan dimana korban belum memunculkan kesadaran tentang kekerasan yang dialami atau pemikiran untuk mengakhiri hubungan; (b) *Contemplation*, yaitu tahapan dimana korban telah menyadari kesadaran tentang kekerasan yang dialami dan mempertimbangkan untuk mengakhiri hubungan; (c) *Preparation*, yaitu tahapan dimana korban melakukan persiapan dengan membuat rencana tertentu untuk mengakhiri hubungan; (d) *Action*, yaitu tahapan dimana korban mulai menjalankan tindakan-tindakan untuk mengakhiri

hubungan; dan (d) *Maintenance*, yaitu tahapan dimana korban menjaga jarak secara berkelanjutan dengan pelaku kekerasan.

Berdasarkan penjelasan-penjelasan di atas yang telah didapat dari penelitian-penelitian sebelumnya maka penting untuk melihat bagaimana proses korban yang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran melepaskan diri dari hubungan tersebut. Fenomena yang terjadi di atas inilah yang menyebabkan peneliti ingin mengkaji pembahasan mengenai proses pengambilan keputusan meninggalkan hubungan pacaran dengan kekerasan pada perempuan dewasa awal.

Bentuk Kekerasan dalam Pacaran

Menurut Shorey dkk. (2008) terdapat 3 bentuk kekerasan dalam pacaran, yaitu:stage

a. Kekerasan secara fisik: kekerasan yang dilakukan dalam bentuk seperti memukul, meninju, menendang, atau melemparkan suatu barang kepada pasangan yang dapat melukai fisik pasangan (Eaton dkk., 2007; Halpern dkk., 2001; dalam Shorey dkk., 2008).

b. Kekerasan secara psikologis: kekerasan yang dilakukan dalam bentuk seperti menghina, merendahkan, mengkritisi secara berlebihan, mengancam putus atau mengatakan sesuatu yang dapat menyebabkan pasangan menjadi merasa bersalah atau melukai perasaan pasangan (Cyr dkk., 2006; dalam Shorey dkk., 2008).

c. Kekerasan secara seksual: kekerasan yang dilakukan dalam bentuk seperti mengintimidasi atau memaksa secara sengaja pada pasangan untuk melakukan aktivitas seksual (Cornelius & Resseguie, 2007; Smith & Donnelly, 2001; dalam Shorey dkk., 2008).

Tahapan Pengambilan Keputusan untuk Meninggalkan Hubungan Pacaran dengan Kekerasan

Tahapan pengambilan keputusan untuk meninggalkan hubungan pacaran dengan kekerasan ini dapat dijelaskan dengan teori Stages of Change dari The Transtheoretical Model milik James O. Prochaska dan Carlo C. DiClemente.

The Transtheoretical Model merupakan suatu kerangka kerja integratif dalam memahami bagaimana individu dan populasi mengalami kemajuan dalam menggunakan dan membangun perubahan perilaku sehat untuk kesehatan yang optimal (Shumaker dkk., 2009). Model ini menggunakan bentuk tahapan dalam perubahan suatu perilaku dari gabungan beberapa konstruk atau teori menjadi satu model, oleh karena itu model ini disebut Transtheoretical. Bagaimana seseorang mengalami perubahan dalam perilaku tertentu dengan melalui beberapa tahap tertentu dan aspek-aspek dalam proses pengambilan keputusan selama menjalani perubahan menjadi fokus dari model ini. The Transtheoretical Model memiliki beberapa konstruk, yaitu Stage of Change, 10 Processes of Change, The Pros and Cons of Changing atau Decisional Balance, dan Self-efficacy serta Temptation.

Stages of Change

Tahapan perubahan merepresentasikan susunan sikap, intensi, dan perilaku yang berhubungan dengan kesiapan seseorang dalam menghadapi siklus perubahan perilaku tertentu (Prochaska & Norcross, 2010). Terdapat 5 tahapan dalam mempelajari perubahan perilaku, yaitu precontemplation, contemplation, preparation, action, dan maintenance.

Tahapan ini secara ideal terjadi secara berurutan, namun pada beberapa kasus dapat terjadi fiksasi pada suatu tahapan tertentu, dimana mungkin adanya hambatan yang dapat menghentikan langkah perubahan tersebut atau tidak melewati satu atau lebih tahapan tertentu dan langsung memasuki tahapan lainnya. Jika pada suatu tahapan seseorang mengalami kegagalan dalam penyelesaian tugasnya, maka ia dapat mengalami kemunduran ke tahapan awal. Seseorang juga dapat menjalani tahapan-tahapan tersebut berkali-kali hingga akhirnya benar-benar mampu mengubah perilaku yang ditargetkan secara permanen. Tahapan-tahapannya adalah sebagai berikut:

a. Precontemplation: seseorang tidak menyadari tindak kekerasan yang diberikan oleh pasangan dapat disebabkan karena ia tidak mengetahui efek jangka panjang dari tindak kekerasan yang diterima pada dirinya dan tidak memiliki pengetahuan yang cukup mengenai dampak kekerasan bagi fisik maupun psikologisnya serta profil pelaku yang sebenarnya.

b. Contemplation: Pada tahap ini korban mulai menyadari dampak kekerasan bagi dirinya di masa yang akan datang. Mereka memahami bahwa kekerasan yang dialami adalah suatu permasalahan

yang serius dan harus ditindaklanjuti, oleh karena itu mereka mulai berpikir untuk keluar dari hubungan dengan kekerasan tersebut.

c. Preparation: Korban kekerasan dalam pacaran yang berada pada tahapan ini mulai mengatur rencana apa saja yang dilakukan untuk melepaskan diri dari kekerasan yang dialami. Contohnya adalah membuat rencana melaporkan pasangan pada pihak yang berwajib, menjauhkan diri dari pasangan dengan cara tidak menghubunginya lagi, dan lain-lain.

d. Action: Tahapan ini merupakan tahapan dimana rencana-rencana yang telah dibuat di tahapan sebelumnya dilaksanakan. Aspek yang menonjol dalam tahap ini adalah aspek behavioral, dimana perubahan dapat dilihat dari perilaku tampak yang merupakan manifestasi dari rencana-rencana tersebut.

e. Maintenance: Korban kekerasan yang sudah berada dalam tahap maintenance benar-benar sudah melepaskan diri dari hubungan pacaran berkekerasan tersebut dan tugasnya kini adalah melakukan hal-hal yang dapat secara permanen membangun dirinya yang baru, bebas dari kekerasan. Contoh aktivitasnya seperti membangun hubungan baru dengan orang lain yang lebih baik, mendekatkan diri dengan teman dan keluarga, menghilangkan segala sesuatu yang berhubungan dengan mantan pasangan dan lain-lain.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Alasan penulis menggunakan pendekatan ini adalah penelitian ini ingin mengetahui bagaimana pengalaman korban kekerasan dalam pacaran dapat melepaskan diri dari tindak kekerasan yang dialami dan penelitian ini berfokus pada menghasilkan hasil penggalian suatu permasalahan dengan dalam dan detail. Tipe penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Studi kasus merupakan studi suatu permasalahan yang digali melalui satu atau lebih dari kasus dalam suatu sistem seperti suatu konteks tertentu yang membatasi (Creswell, 2007). Studi kasus instrumental merupakan studi kasus yang akan digunakan dalam penelitian ini. Studi kasus instrumental digunakan untuk menambah pengetahuan suatu teori tertentu melalui kasus yang diteliti.

Unit analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

a. Pengambilan keputusan untuk meninggalkan hubungan pacaran dengan kekerasan ditinjau dari Stages of Change: Proses pengambilan keputusan untuk meninggalkan hubungan pacaran dengan kekerasan dengan menggunakan penjelasan dari tahapan-tahapan perubahan perilaku dari Transtheoretical Model of Change.

b. Perempuan dewasa awal korban kekerasan dalam pacaran yang mempertahankan hubungan: perempuan pada usia 20-an yang mengalami tindakan merugikan secara fisik, psikologis, maupun seksual yang dilakukan secara sengaja oleh pasangan yang menjadi pelaku kekerasan yang mana tindakan tersebut dapat melukai dan mengganggu kehidupan mereka.

Jenis sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah purposive atau judgmental sampling. Purposive sampling berfokus pada memilih kasus-kasus yang kaya akan informasi tentang studi yang akan diteliti dan menghasilkan pemahaman yang mendalam mengenai fenomena yang ada (Patton, 2002). Pada penelitian pengambilan keputusan untuk meninggalkan hubungan pacaran dengan kekerasan ini, subyek dipilih berdasarkan kriteria-kriteria tertentu dengan maksud untuk mendapatkan data yang tepat dan lebih mendalam. Dibawah ini merupakan kriteria umum subyek yang akan digunakan dalam penelitian ini:

1. Perempuan berusia sekitar 18 hingga 25 tahun.
2. Pernah mengalami kekerasan dalam pacaran dan selama berpacaran sering mengalami kekerasan. Tidak ada pengontrolan dari lamanya hubungan berpacaran dengan kekerasannya. Penelitian sebelumnya hanya menunjukkan bahwa semakin lama hubungan pacaran dengan kekerasannya, maka korban akan semakin sulit untuk membuat keputusan untuk melepaskan diri dari pelaku. Sehingga asumsi peneliti muncul bahwa pengambilan keputusan yang dilakukan akan berbeda pada masing-masing individu dalam jangka waktu pacaran yang sepanjang apapun.
3. Bersedia menjadi subyek penelitian dengan memberikan informed consent kepada peneliti.

Teknik penggalian data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan wawancara. Wawancara kualitatif merupakan suatu percakapan antara pewawancara dan responden yang memiliki arahan umum dalam

percakapan tersebut untuk menggali hal-hal yang ingin diketahui dari responden (Babbie, 2011). Jenis the semistandardized interview adalah jenis wawancara yang akan digunakan dalam penelitian ini. the semistandardized interview menggunakan beberapa pertanyaan yang telah ditentukan sebelumnya mengenai topik-topik tertentu dan pertanyaan-pertanyaan tersebut ditanyakan dalam urutan yang sistematik dan konsisten (Berg, 2001).

Analisis data yang digunakan menggunakan analisis tematik. Analisis tematik merupakan analisis yang digunakan dalam pengkodean informasi kualitatif dalam bentuk tema-tema, yaitu pola-pola yang muncul dari informasi yang didapatkan (Boyatzis, 1998).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bentuk kasih sayang pelaku terhadapnya. Anggapan tersebut membuat ia menerima saja perlakuan dari pelaku dan akhirnya merasa sulit untuk melepaskan diri dari pelaku. Ditambah lagi, ia semakin menggantungkan diri kepada pelaku karena keperawanannya telah diambil. Hal ini sesuai dengan jenis *precontemplator* yang disebutkan oleh DiClemente (1991, dalam Levounis & Arnaout, 2010) yaitu *resigned precontemplator*. Sedangkan KW menganggap bahwa kekerasan yang dilakukan pelaku merupakan suatu hal yang berlebihan. Ia melihat bahwa ketidakpercayaan pelaku terhadapnya yang menjadi penyebab ia melakukan kekerasan dan seharusnya pelaku memberikan kepercayaan padanya terutama karena mereka menjalani hubungan jarak jauh. Hal ini sesuai dengan jenis *rationalizing precontemplator*, yaitu menganggap bahwa pelaku yang seharusnya mengubah kepercayaannya kepada KW dalam permasalahan ini.

Kemunculan penilaian mengenai diri sendiri dan permasalahan yang dihadapi juga dapat terlihat dari tahapan ini. Kedua subjek sudah memunculkan penilaian tersebut. KN menilai bahwa sulit dipahami bagaimana seseorang seperti pelaku dapat bertindak sekejam itu dengan memukuli habis-habisan dirinya, padahal sebelumya ia tidak pernah diperlakukan seperti itu. KW menilai bahwa ia juga tidak memahami mengapa ia menuruti begitu saja setiap keinginan pelaku. Meski pada tahapan ini mereka telah memunculkan penilaian tersebut, hal ini juga belum serta merta membuat kedua subjek bergerak untuk melepaskan diri dari pelaku.

Pada awal-awal mengalami kekerasan, kedua subjek juga sama-sama tidak terbuka dengan orang lain mengenai permasalahan yang dihadapi dengan pelaku. KN hanya mengatakan kepada teman-teman dekatnya bahwa ia hanya ditampar, sementara pada saat ia mengalami kekerasan, ia dipukuli habis-habisan hingga lebam. KW juga tidak menceritakan permasalahannya dengan pelaku kepada teman-temannya karena merasa bahwa hal tersebut merupakan masalah pribadinya dan tidak seharusnya orang lain mengetahuinya. Pada akhirnya mereka menceritakan permasalahannya setelah mereka sama-sama sudah lelah menghadapi kekerasan dari pelaku.

Yang terakhir pada tahapan pertama ini adalah tidak adanya tindakan dari subjek untuk merubah keadaan. Kedua subjek menunjukkan bahwa mereka sudah memunculkan tindakan untuk melakukan sesuatu agar kekerasan yang dilakukan pelaku dapat berhenti. Namun usaha kedua subjek mengalami kegagalan sehingga hal tersebut tidak menghentikan pelaku melakukan kekerasan. KN menunjukkan komponen ini dengan tidak bergerak sama sekali dan menegangkan badan setelah dipukuli habis-habisan oleh pelaku. KW menunjukkan komponen ini dengan selalu melawan apa yang diucapkan pelaku.

Tahapan *contemplation* dalam penelitian Edwards dkk. (2012) menyebutkan bahwa korban kekerasan mulai menyadari kekerasan dan mempertimbangkan untuk meninggalkan pelaku. Pada tahapan ini terlihat bahwa kedua subjek melewatinya dengan alasan yang berbeda-beda. KN mulai menyadari keinginan untuk lepas dari pelaku ketika ia mengetahui Mamanya sering menangis karena ia jarang pulang ke rumah dan Mamanya merasakan adanya perubahan perilaku padanya. Sedangkan KW mulai menyadari keinginan kuat untuk putus setelah banyak berdiskusi dengan teman-temannya mengenai permasalahan yang ia alami dan banyaknya keluhan atas perilakunya yang berubah semenjak berpacaran dengan pelaku.

Menyadari bahwa kekerasan yang dialami dapat berdampak buruk pada diri sendiri di masa yang akan datang juga dijelaskan pada tahapan ini. KN menunjukkan bahwa sedari awal ia memang telah menyadari bahwa kekerasan yang ia alami akan memiliki dampak buruk bagi dirinya, sehingga hal ini sudah terjelaskan sebelumnya pada tahapan sebelumnya. Sementara KW baru menyadari

dampak buruk dari kekerasan yang dialami ketika juga ketika banyak berdiskusi dengan teman-temannya mengenai kekerasan yang dialami.

Pada tahapan ini, kedua subjek melakukan penggalian dan pembelajaran lebih lanjut mengenai baik permasalahan yang terjadi ataupun sosok pelaku yang sebenarnya. Pada KN, komponen ini terlihat dari ceritanya mengenai ia yang menggali informasi tentang sosok pelaku lebih dalam dan menggunakan informasi tersebut sebagai alat untuk membantunya melepaskan diri dari pelaku. Sedangkan pada KW, ia lebih mengarah pada mempelajari permasalahan kekerasan yang ia alami melalui banyaknya diskusi dengan teman-temannya.

Pertimbangan mengenai keuntungan dan kerugian yang terjadi apabila subjek nantinya berhasil meninggalkan pelaku juga menjadi ciri penting dari tahapan ini. Kedua subjek mengakui adanya pertimbangan-pertimbangan tersebut. Keduanya juga menganggap bahwa keuntungan yang akan didapatkan cenderung lebih besar dibandingkan kerugiannya. Meskipun masing-masing juga harus mengambil resiko yang sama-sama besarnya. Keuntungan yang mereka dapat apabila sudah melepaskan diri dari pelaku adalah mereka mendapatkan kehidupan yang bebas dari tekanan pelaku dan lebih berbahagia dalam menjalani keseharian. Kerugian yang didapatkan menurut KN adalah namanya yang terancam akan dicemarkan oleh pelaku pada orang-orang di sekitarnya, sedangkan menurut KW adalah rahasianya berupa foto-foto tidak senonohnya yang terancam akan disebarkan oleh pelaku.

Tahapan *preparation* menurut Edwards dkk. (2012) meliputi keputusan untuk meninggalkan pelaku dan melakukan persiapan untuk mencapai tujuan tersebut. Pada kedua subjek, tahapan ini mereka lalui dengan hasil yang mirip. Kedua subjek sama-sama tidak membuat rencana-rencana tertentu untuk dapat melepaskan diri dari pelaku. Semua tindakan yang mereka lakukan demi memutuskan hubungan dengan pelaku berdasarkan tindakan spontan tanpa perencanaan khusus. KN mempersiapkan diri untuk melepaskan diri dari pelaku dengan cara berusaha memberanikan diri untuk menghadapi pelaku. Sedangkan KW mempersiapkannya dengan menunggu ia datang bulan sebelum memutuskan pelaku.

Kedua subjek sama-sama sudah merasa yakin dan siap untuk melepaskan diri dari pelaku pada tahapan ini. Selain itu, kedua subjek juga melakukan penilaian terhadap bentuk kehidupannya di masa setelah putus dengan pelaku. Bedanya adalah KN membayangkan hidupnya dengan ketakutan apakah nanti saat ia mencari kerja ada yang mau menerima dirinya yang sudah tidak perawan lagi. Sedangkan KW membayangkan hidupnya jauh lebih menyenangkan dan bebas dari stres.

Perubahan sudut pandang maupun perilaku juga terjadi pada kedua subjek dalam tahapan ini. KN menjelaskan bahwa adanya perubahan pandangan tentang pelaku, yaitu yang awalnya KN menganggap bahwa pelaku adalah laki-laki terbaik, ternyata selama ini hal tersebut tidak sesuai dengan kenyataannya. Sedangkan KW mengalami perubahan peran, yang sebelumnya pelaku yang menjadi dominan dalam hubungan mereka, berubah menjadi ia yang mendominasi pelaku. Keduanya sama-sama menyebutkan bahwa mereka menjadi lebih berani dalam menghadapi pelaku.

Tahapan *action* menurut Edwards dkk. (2012) meliputi tindakan-tindakan yang dilakukan untuk mulai meninggalkan pelaku. KN memulai tahapan ini dengan sering berkonsultasi dengan psikolog kampus mengenai permasalahan yang dihadapinya dengan pelaku, kemudian meminta informasi tentang pelaku lebih dalam kepada temannya yang mampu memberikan informasi tersebut, serta meminta saran kepada B apa yang harus dilakukan untuk melepaskan diri dari pelaku. Setelah semua dilakukan, KN akhirnya memberanikan diri memutuskan pelaku. Sementara itu, KW memulai tahapan ini dengan sering berdiskusi dengan teman-teman mengenai kekerasan yang ia alami, membalik keadaan menjadi orang yang lebih dominan terhadap pelaku, serta mulai tidak mempedulikan apapun yang dilakukan pelaku. KW juga memutuskan untuk menunggu datang bulan sehingga ia dapat meyakinkan diri bahwa ia bisa memutuskan pelaku apabila tidak terjadi kehamilan dan semacamnya.

Pada tahapan ini, kedua subjek sama-sama sudah memiliki kepercayaan diri bahwa mereka mampu melepaskan diri dari pelaku. Mempertahankan komitmen untuk tetap putus juga muncul pada tahapan ini. KN mempertahankan komitmennya dengan cara melihat ke masa depan, mengingat-ingat keuntungan yang nantinya akan ia dapatkan saat telah lepas dari pelaku. Sementara KW mempertahankan komitmennya dengan cara mengingat rasa sakit yang telah ditimbulkan pelaku

dan bahwa masih banyak orang-orang di sekitarnya yang akan mendukung apapun yang dilakukannya.

Adanya manipulasi dan kontrol lingkungan sekitar subjek untuk membantunya melepaskan diri dari pelaku muncul dengan bentuk yang berbeda-beda antar dua subjek. KN memanfaatkan informasi mendalam tentang pelaku yang didapat dari temannya untuk membantunya memutuskan pelaku. Selain itu, KN juga memanfaatkan ajakan teman-teman kuliahnya untuk pergi mengerjakan kerja kelompok sebagai pendistraksi dirinya dari permasalahan yang dihadapi. Sementara KW menggunakan dukungan dan saran dari orang-orang terdekatnya untuk menguatkan tekad dalam memutuskan pelaku. KW juga menunjukkan peran kontrol terhadap kehidupan pelaku beberapa saat sebelum ia memutuskan pelaku.

Reward yang diberikan kepada diri sendiri setelah berhasil memutuskan pelaku menjadi hal yang cukup signifikan dalam mempertahankan keputusan untuk meninggalkan pelaku. KN memberikan *reward* kepada diri sendiri setelah memutuskan pelaku dalam bentuk berpuasa senin-kamis untuk mendapatkan ketenangan batin setelah mengalami banyak tekanan dari pelaku. Sementara KW memberi *reward* dalam bentuk berkenalan dengan banyak orang baru terutama dengan lawan jenis.

Tahapan terakhir yaitu tahapan *maintenance* meliputi tindakan menjaga jarak yang berkelanjutan dari pelaku setelah mengakhiri hubungan (Edwards dkk., 2012). Kedua subjek mengaku benar-benar menjaga jarak dari pelaku, meskipun pelaku tetap berusaha untuk menghubungi mereka. KN menjaga jarak Munculnya dampak buruk kekerasan saat kedua subjek melewati tahapan ini diatasi dengan cara mereka masing-masing. KN yang masih memiliki kecemasan saat bertemu dengan sesuatu yang mirip atau berkaitan dengan pelaku mengatasinya dengan cara berkali-kali mengatakan kepada diri sendiri bahwa ia tidak boleh seperti itu. Sementara itu KW mempertahankan keputusannya agar tidak terjerat kembali pada pelaku dengan cara membuang barang-barang dari pelaku yang tidak diperlukan dan menghabiskan waktu bersama orang-orang terdekat.

Kehidupan kedua subjek setelah lepas dari pelaku menjadi lebih baik dibandingkan saat bersama pelaku. KN menjalani hubungan dengan orang baru setelah putus dari pelaku dan mereka kini berkomitmen untuk menjalin hubungan dengan lebih serius. KW menjadi lebih bahagia dan lebih banyak bersyukur atas kehidupan yang telah membaik meskipun hingga kini ia belum menemukan pasangan baru. Keduanya mendapatkan pelajaran dari kekerasan yang dialami. KN mengumpulkan artikel-artikel mengenai keperawanan dan mempelajarinya untuk meningkatkan kepercayaan dirinya yang sudah hancur setelah keperawanannya direnggut oleh pelaku. KW mendapatkan pelajaran bahwa seseorang tidak melibatkan terlalu banyak perasaan selama menjalani hubungan pacaran. Selain itu KW juga belajar untuk lebih sering mengintrospeksi diri, menghadapi orang lain dengan lebih baik, serta melatih kesabaran. Kini kedua subjek mengakui sudah tidak memiliki keinginan untuk kembali kepada pelaku.

Pada setiap transisi tahapan yang dilewati juga nampak adanya proses-proses yang terjadi baik secara kognitif dan afektif yang mengantarkan subjek pada keberhasilan dalam melepaskan diri dari pelaku. Proses-proses ini dijelaskan menurut proses-proses perubahan perilaku yang termasuk dalam konstruk *Transtheoretical Model of Change*.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, kesimpulan yang dapat diambil adalah sebagai berikut. Individu yang mengalami kekerasan dalam pacaran melewati serangkaian tahapan dalam pengambilan keputusan untuk meninggalkan pelaku. Proses-proses internal yang mengantarkan tiap individu menuju tiap-tiap tahapan tersebut juga mempengaruhi keberhasilan mereka untuk melepaskan diri dari pelaku.

Meskipun tahapan-tahapan ini termasuk proses perubahan perilaku, namun tahapan-tahapan ini juga sebagian besar mampu menjelaskan proses pengambilan keputusan untuk melakukan suatu perubahan, termasuk perubahan dari belum mengakhiri hubungan pacaran yang diwarnai kekerasan hingga mengakhirinya. Tahapan-tahapan tersebut dilalui dengan cara berbeda antar individu. Secara ideal, tahapan-tahapan yang ada secara keseluruhan dilalui dan sesuai dengan urutannya. Namun ada beberapa individu yang tidak melaluinya secara berurutan, ada pula yang mengalami kemunduran pada tahapan awal setelah melewati tahapan yang lebih tinggi.

Saran untuk penelitian ini adalah sebagai

berikut:

a. Bagi korban kekerasan dalam pacaran: Berdasarkan tahapan-tahapan yang dilewati dalam mengambil keputusan untuk melepaskan diri dari pelaku kekerasan dalam pacaran, membuka diri tentang permasalahan yang sedang dialami terhadap orang-orang terdekat dapat membantu korban untuk melepaskan diri dari pelaku. Oleh sebab itu, korban diharapkan untuk berusaha tidak menutup diri dengan orang-orang terdekat selain pelaku. Korban dapat menceritakan permasalahan yang dialami dengan orang terdekat. Hal ini dapat membantu mereka untuk mengenali kekerasan yang dialami adalah suatu hal yang merugikan bagi dirinya dan mampu mendorong keyakinannya untuk melepaskan diri dari pelaku.

b. Bagi individu yang memiliki pasangan korban kekerasan dalam pacaran: Untuk individu yang memiliki pasangan korban kekerasan setelah pelaku diharapkan agar dapat lebih menyadari kemunculan dampak-dampak negatif kekerasan yang pernah dialami oleh korban. Hal ini sesuai dengan salah satu hal yang dapat membantu korban kekerasan agar berhasil melalui tahapan *maintenance*, yaitu adanya dukungan dan bantuan dari orang lain dalam menciptakan gaya hidup baru yang bebas dari kekerasan. Sehingga pasangan dapat membantu korban dalam menangani dampak-dampak yang muncul. Selain itu juga pasangan baru diharapkan juga memperlakukan korban kekerasan dengan lebih baik sehingga korban dapat dengan lebih mudah membangun kembali kehidupannya yang mungkin sempat hancur saat mengalami kekerasan.

c. Bagi peneliti selanjutnya: Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk memperbanyak subjek penelitian agar penelitian dapat menunjukkan hasil yang lebih bervariasi dan lebih reliabel. Tahapan-tahapan yang digali diharapkan untuk lebih diperdalam dengan menggali proses-proses internal yang terjadi pada korban kekerasan dalam pacaran selama menjalani tahapan-tahapan tersebut. Penggalian data diharapkan untuk lebih diperdalam untuk menghasilkan data penelitian yang lebih menyeluruh. Penggalian data bisa juga dilengkapi dengan observasi atau dengan teknik lain apabila dibutuhkan. Referensi baik mengenai *stages of change* maupun tentang kekerasan dalam pacaran juga diharapkan untuk lebih beragam.

PUSTAKA ACUAN

Anderson, Kim M., & Danis, Fran S. (2007). Collegiate sororities and dating violence: An exploratory study of informal and formal helping strategies. *Violence Against Women*, 13, 87–100.

Arriaga, Ximena B. (2002). Joking violence among highly committed individuals. *Journal of Interpersonal Violence*, 17, 591-610.

Babbie, E. (2011). *The basics of social research (5th ed.)*. Belmont, CA: Wadsworth, Cengage Learning.

Berg, Bruce L. (2001). *Qualitative research methods for the social sciences*. Boston: Allyn & Bacon.

Boyatzis, R. E. (1998). *Transforming Qualitative Information: Thematic Analysis and Code Development.* California: Sage Publications Inc.

Chung, Donna. (2007). Making meaning of relationships : Young women's experiences and understandings of dating violence. *Violence Against Women*, 13 (12), 1274-1295.

Creswell, John W. (2007). *Qualitative inquiry & research design: Choosing among five approaches (2nd ed.)*. Thousand Oaks, California: Sage Publications, Inc.

CY. (2013, 13-27 Februari). Jatuh cinta pada si kasar. *Cita Cinta*, 04/XIV, 109.

Dipukul pacar? Lapor kesini saja (2012, 10 Juli). *Republika* [on-line]. Diakses pada tanggal 23 Desember 2012 dari http://www.republika.co.id/berita/nasional/umum/12/07/10/m6xqov-dipukul-pacar-lapor-kesini-saja

Edwards, Katie M., Gidycz, Christine A., & Murphy, Megan J. (2011). College women's stay/leave decisions in abusive dating relationships: A prospective analysis of an Expanded Investment Model. *Journal of Interpersonal Violence*, 26, 1446-1462.

Filson, J., Ulloa, E., Runfola, C., & Hokoda, A. (2010). Does powerlessness explain the relationship between intimate partner violence and depression?. *Journal of Interpersonal Violence*, 25 (3), 400-415.

Henton, J., Cate, R., Koval, J., Lloyd, S., & Christopher, S. (1983). Romance and violence in dating relationships. *Journal of Family Issues*, 4, 467–482.

Kekerasan dalam Pacaran Makin Memprihatinkan. (2013, 12 Juni). *Jawa Pos*, hal 1.

Lembar Fakta Catatan Tahunan (Catahu) Komnas Perempuan Tahun 2011 (2012, 7 Maret). *Komnas Perempuan* [on-line]. Diakses pada tanggal 23 April 2012 dari http://www.komnasperempuan.or.id/wp-content/uploads/2012/03/Lembar-Fakta-Catatan-Tahunan-Catahu-Komnas-Perempuan-20111.pdf Lewis, Sarah F., & Fremouw, William. (2001). Dating violence: A critical review of the literature. *Clinical Psychology Review*, 21 (1), 105-127.

Makepeace, James M. (1981). Courtship violence among college students. *Family Relations*, 30, 97–102.

Makepeace, James M. (1986). Gender differences in courtship violence victimization. *Family Relations*, 35, 383–388.

Patton, Michael Q. (2002). *Qualitative research & evaluation methods (3rd ed.)*. Thousand Oaks, California: Sage Publications, Inc.

Prochaska, James O., Norcross, J. & DiClemente, C. (2010). *Changing for good: A revolutionary six-stage program for overcoming bad habits and moving your life positively forward*. New York: HarperCollins Publisher Inc.

Rachim, R. & Margaretha. (2011). Trauma masa kanak-kanak dan kekerasan relasi intim pada perempuan korban yang pernah menjadi korban tidak langsung dari kekerasan dalam rumah tangga. *Proceeding Temu Ilmiah Nasional Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga*, 336-343.

Sekarlina, I. (2013). *Stockholm syndrome pada wanita dewasa awal yang bertahan dalam hubungan yang penuh kekerasan*. Skripsi. Surabaya: Universitas Airlangga.

Shook, Nancy J., Gerrity, Deborah A., Jurich, J., & Segrist, Allen E. (2000). Courtship violence among college students: A comparison of verbally and physically abusive couples. *Journal of Family Violence*, 15 (1), 1-22.

Shorey, Ryan C., Cornelius, Tara L., & Bell, Kathryn M. (2008). A critical review of theoretical frameworks for dating violence: Comparing the dating and marital fields. *Aggression and Violent Behavior*, 13, 185-194.

Shumaker, Sally A., Ockene, Judith K. & Riekert, Kristin A. (2009). *The handbook of health behavior change (3rd ed.)*. New York: Springer Publishing Company.

SR. (2012, 04-18 Oktober). Kekerasan dalam pacaran: Sarankan segera putuskan hubungan bila anak mengalaminya. *Kartini*, 2332, 69.

Strube, Michael J., & Barbour, Linda S. (1984). Factors related to the decision to leave an abusive relationship. *Journal of Marriage and Family*, 46, 837-844.