

**INTROYEKSI DAN POLARITAS PADA KORBAN KEKERASAN DALAM
BERPACARAN MAHASISWA UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

(2015)

Desy Cahyani

Dra. Atiek Sismiati S

Dr. Susi Fitri, S.Pd, M.Si, Kons

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya introyeksi dan polaritas pada korban kekerasan dalam berpacaran. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 3 orang, berjenis kelamin perempuan dan ketiganya merupakan mahasiswa Universitas Negeri Jakarta yang menjadi korban kekerasan dalam berpacaran. Pengambilan sampel penelitian menggunakan teknik sampel bola salju berantai dengan pertimbangan dan tujuan tertentu yaitu menjadi korban kekerasan dalam berpacaran. Metode yang digunakan adalah fenomenologis. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan wawancara secara langsung dan mendalam kepada responden. (wawancara terdiri dari 4 sesi), kemudian data yang dihasilkan direduksi sesuai dengan aspek yang ditentukan oleh introyeksi dan polaritas. Hasil dari penelitian ini menunjukkan introyeksi yang diterima individu semasa kecil diinternalisasikan sehingga individu tidak dapat membedakan antara dirinya dengan lingkungan. Hal ini menyebabkan individu mengalami polaritas (emosi) dalam dirinya. Oleh karena itu diperlukan layanan bimbingan dan konseling sebagai upaya pencegahan dan penyelesaian masalah agar tidak terjadi kekerasan pada diri individu.

Kata kunci: introyeksi, polaritas, kekerasan dalam berpacaran

Pendahuluan

Tugas-tugas perkembangan pada masa dewasa muda dipusatkan pada harapan-harapan masyarakat

yang mencakup mendapatkan suatu pekerjaan, memilih seorang teman hidup, belajar hidup dengan suami atau istri, membentuk suatu keluarga, membesarkan anak-anak,

mengelola sebuah rumah tangga, menerima tanggung jawab sebagai warga Negara dan bergabung dalam suatu kelompok sosial yang cocok. Dari beberapa tugas perkembangan yang perlu dilewati masa dewasa dini, tugas perkembangan mengenai pekerjaan dan keluarga yang lebih sulit untuk dijalani.

Sebelum seorang menetapkan untuk berkeluarga, sebagian besar dari mereka melakukan hubungan yang lebih dekat dengan lawan jenis mereka atau yang biasa dikenal dengan berpacaran. Berpacaran merupakan persatuan atau perencanaan khusus antara dua orang yang berlawanan jenis, yang saling tertarik satu sama lain. Dalam proses berpacaran, mereka saling mengerti, saling memperlihatkan watak masing-masing, menunjukkan tipe kepribadian dan mulai mengerti tipe-tipe tabiat dasar.

Berpacaran dapat membantu individu melihat berbagai macam tipe individu, melihat berbagai macam aktivitas yang kita sukai atau yang tidak kita sukai, dan melihat apa yang menurut kita penting atau tidak. Tetapi disisi lain, terkadang berpacaran dapat menjadi hal yang tidak mengenakan bagi seseorang. Berpacaran dapat terjadi secara sehat dan tidak sehat. Beberapa

contoh hal yang terjadi pada pacaran yang sehat yaitu individu merasa asik ketika menghabiskan waktu bersama pacarnya, individu dapat mengatakan ketidaksetujuannya ketika memiliki pendapat yang berbeda, individu tidak ada rasa takut ketika bersama, individu tidak mencoba untuk membatasi atau mengontrol pasangannya, individu mudah untuk berbuat jujur jika bersama orang lain, dan individu mendorong pasangannya untuk bertindak lebih maju.

Namun disisi lain, pacaran juga akan dihadapkan dengan masalah yang datang dan pergi silih berganti. Dua individu dengan dua kebiasaan yang berbeda akan menimbulkan berbagai permasalahan dalam hubungan mereka, akan tetapi setiap individu memiliki cara-cara tersendiri untuk mengatasi permasalahan yang dihadapinya. Banyak individu yang memilih untuk membicarakan dengan pacarnya secara baik-baik agar hubungan yang mereka jalani tetap berjalan dengan baik. Tetapi ada pula individu yang memilih cara kekerasan untuk menyelesaikan masalahnya. Kasus seperti itu dapat digolongkan kedalam kekerasan dalam berpacaran dan hal ini

merupakan salah satu contoh cara berpacaran yang tidak sehat.

Kasus kekerasan dalam berpacaran pada dasarnya tidak hanya menimpa kaum perempuan saja, akan tetapi kekerasan ini dapat juga menimpa pada kaum laki-laki, misalnya kekerasan non-fisik seperti kekerasan psikis dan ekonomi. Tetapi pada kenyataannya kekerasan dalam relasi berpacaran, perempuan cenderung menjadi korban dibandingkan laki-laki. Secara umum, sebagaimana yang telah dicatat oleh berbagai lembaga internasional, sedikitnya 4 dari 10 perempuan mengalami kekerasan dari pasangan atau pacarnya. Kemudian 85% dari kekerasan seksual dikalangan remaja, terjadi antara mereka yang saling kenal atau saling akrab (pacarnya). Sementara itu tercatat juga bahwa sekurang-kurangnya 1 diantara 9 siswa sekolah menengah atas terlihat dalam pacaran yang sarat dengan kekerasan dari laki-laki terhadap pasangannya.

Kekerasan dalam berpacaran memiliki dampak bagi korban yang mengalaminya. Salah satu yang dapat dialami pada korban adalah rasa takut. Rasa takut ini merupakan perasaan yang paling dominan yang dirasakan oleh korban. Selain itu,

kekerasan dalam pacaran juga dapat mengganggu pola tidur mereka, seperti dapat mengakibatkan insomnia atau mimpi buruk. Terganggunya tidur dapat mengakibatkan korban tergantung pada obat tidur.

Dampak selanjutnya yang akan dialami oleh korban kekerasan dalam pacaran yaitu mereka akan seringkali percaya bahwa merekalah yang bersalah dan menyebabkan kekerasan terjadi. Mereka berpikir bahwa mereka mendapatkan kekerasan karena mereka melakukan kesalahan. Selain itu korban seringkali merasa tidak berdaya. Hal ini berarti bahwa usaha mereka untuk mengontrol, lari atau menghindari dari kekerasan dalam pacaran tidak berhasil. Ini akan menghasilkan perasaan tidak berdaya yang mengarahkan pada kepercayaan bahwa mereka tidak dapat merubah situasi.

Korban kekerasan dalam pacaran juga jauh dari orang-orang yang mungkin akan menolong mereka. Hal ini karena pasangan mereka mengatur segala sesuatu mengenai hidup mereka. Emosi yang mereka milikipun dapat menjadi sangat tidak stabil dan memiliki *mood* yang tidak sesuai dengan situasi. Hal ini membuat

mereka sulit untuk memahami sesuatu. Satu waktu mereka tertawa, tak lama kemudian mereka menangis.

Akhir dari kekerasan dalam pacaran yang dialami oleh korban adalah hancurnya harga diri. Kepercayaan diri, rasa berharga atas dirinya dan keyakinan tentang kemampuannya semuanya berubah. Studi perbandingan antara perempuan yang mengalami kekerasan fisik dan seksual dengan yang tidak mengalami kekerasan juga menemukan adanya dampak korban kekerasan seperti rendahnya harga diri dan rendahnya agresi yang ia miliki.

Kekerasan yang lebih hebat lagi dan lebih lama lagi akan menurunkan *self image* seseorang, misalnya mereka mulai percaya nama yang digunakan pasangan mereka ketika mereka memanggil mereka seperti, bodoh, tidak bisa berbuat apapun, jelek dan sebagainya menjadi bagian dari diri mereka. Mereka memasukkan ide-ide atau keyakinan-keyakinan orang lain tersebut kedalam dirinya tanpa ada proses filterisasi terlebih dahulu.

Ketika individu memasukkan ide-ide atau keyakinan-keyakinan tersebut, proses introyeksi pada diri (*self*) berlangsung. Introyeksi secara

sederhana dapat didefinisikan sebagai proses menelan seluruh pesan yang berasal dari lingkungannya. Individu memasukkan pesan tanpa proses filterisasi sehingga individu tidak dapat membedakan dirinya dan lingkungan. Proses introyeksi pada diri individu dapat dilakukan oleh pengasuh atau orangtua yang dari kecil sudah merawatnya. Pengasuh ataupun orang tua yang melakukan introyeksi dalam bentuk penolakan-penolakan akan mempengaruhi perilaku anak pada masa remaja atau dewasa muda.

Salah satu contoh proses introyeksi terjadi pada masa kecil mahasiswa korban kekerasan dalam berpacaran di Universitas Negeri Jakarta. Korban mengaku sejak kecil dirinya sudah diberikan sebutan-sebutan serta nilai-nilai yang harus dianut dalam dirinya seperti “bodoh” “malas”, “jangan pernah berbuat jahat dengan orang lain”, “jika berpacaran jangan mau dipegang-pegang”, dan lain-lain. Tidak hanya itu, korban juga pernah diperlakukan kasar oleh kedua orangtuanya. Sebutan-sebutan serta nilai-nilai yang diberikan orangtuanya tersebut ia bawa hingga kedalam hubungannya dengan oranglain. Akibatnya ia seringkali

mendapatkan kekerasan verbal ataupun fisik yang dilakukan oleh pacarnya.

Individu yang mengalami proses introyeksi akan mengalami perpecahan pada kepribadiannya, yaitu antara apa yang mereka pikir “harus” dilakukan (*topdog*) dan apa yang mereka inginkan (*underdog*). Selain itu, individu juga dapat mengalami polaritas atau dikotomi yaitu orang yang cenderung untuk “bingung dan tidak dapat berkata-kata (*speechless*)” pada saat terjadi dikotomi dalam dirinya seperti antara tubuh dan pikiran (*body and mind*), antara diri dan lingkungan (*self external world*) antara emosi dan kenyataan (*emotion reality*), dan sebagainya.

Proses introyeksi sendiri memiliki efek pada diri individu, antara lain rasa bersalah, perfeksionis, rendah diri, ketidakmampuan menerima pujian, dan hanya ke Anglesey atau *only to Anglesey* (ekspresi yang menjelaskan bahwa individu tidak pernah melihat dirinya dan apa yang dilakukannya tidak pernah memuaskan dirinya).

Kondisi remaja yang mengalami masalah seperti yang disebutkan di atas membuat peneliti tertarik untuk menggali lebih dalam mengenai

penyebab-penyebab mereka menjadi korban kekerasan yang berkaitan dengan introyeksi yang ia alami pada masa kecilnya. Hal tersebut dilakukan agar korban menyadari masalah apa yang sedang ia alami sehingga ia tidak terjerumus pada masalah yang sama dalam hubungan selanjutnya.

Kajian Teori

Kekerasan dalam pacaran menurut Murniati adalah perilaku atau perbuatan yang terjadi dalam relasi antar manusia, baik individu maupun kelompok, yang dirasa salah satu pihak sebagai situasi yang membebani, membuat berat, tidak menyenangkan dan tidak bebas. Situasi yang disebabkan oleh tindakan kekerasan ini membuat pihak lain sakit baik secara fisik maupun psikis serta rohani.

Dalam buku yang ditulis oleh Murray, bentuk kekerasan dalam pacaran dibagi menjadi tiga, yaitu:

1) Kekerasan verbal dan emosi

Data statistic menunjukkan bahwa sebelum terjadi kekerasan fisik, pasti sebelumnya sudah terjadi kekerasan verbal dan emosi yang menjadi pintu gerbang kepada kekerasan fisik dan

seksual . Kekerasan dan emosi dapat menjadi tipe yang paling merusak dari kekuasaan dan kontrol.

2) Kekerasan seksual

Kekerasan seksual adalah hal yang memiliki resiko cukup besar dalam pacaran. Hal ini menyebabkan tingginya kekhawatiran akan penyakit yang dapat diidap oleh pelaku.

3) Kekerasan Fisik

Kekerasan fisik biasanya merupakan fase terakhir dalam kekerasan dalam pacaran. Fase terakhir yang dimaksud adalah dimana sebelum terjadi kekerasan fisik, terjadi pula kekerasan verbal, emosi, dan seksual terlebih dahulu. Kekerasan fisik banyak dilakukan oleh laki-laki kepada perempuan.

Introyeksi merupakan salah satu bentuk pertahanan diri yang dapat menjadi sumber permasalahan dalam diri individu. Introyeksi adalah memasukkan ide-ide, keyakinan-keyakinan, dan asumsi tentang diri individu, seperti apa individu seharusnya dan bagaimana individu harus bertingkah laku . Pada pendekatan lain, introyeksi memiliki istilah lain yang memiliki pengertian yang serupa. Istilah tersebut adalah injungsi. Injungsi atau don't adalah pesan yang

disampaikan kepada anak oleh parent's internal child out dari kondisi kesakitan orangtua seperti kecemasan, kemarahan, frustrasi dan ketidakbahagiaan. Pesan ini menyuruh atau meminta anak untuk melakukan apa yang harus mereka lakukan secara verbal dan tingkah laku, namun sering kali pesan ini terbentuk melalui tingkah orangtua.

Polaritas atau dikotomi, yaitu orang yang cenderung untuk "bingung dan tidak dapat berkata-kata (speechless) pada saat terjadi dikotomi dalam dirinya sepeprti antara tubuh dan pikiran (body and mind), antara diri dan lingkungan (self external world), antara emosi dan kenyataan, dan sebagainya. Assagioli mengidentifikasi lima tipe polaritas, yaitu:

- 1) Polaritas fisik, yaitu polaritas maskulin dan feminine
- 2) Polaritas emosi, yaitu polaritas antara kesenangan dan kesakitan (excitement), antara kesenangan dan depresi, serta antara cinta dan benci
- 3) Polaritas mental, yaitu polaritas antara ego orangtua dan ego anak, antara eros (perasaan) dan logos (akal sehat), serta antara yang harus dilakukan (topdog) dan yang diinginkan (underdog)
- 4) Polaritas spiritual, yaitu polaritas antara keraguan intelektual dan dogma agama

- 5) Polaritas interindividual, yaitu polaritas antara laki-laki dan perempuan

Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tiga mahasiswa yang berjenis kelamin perempuan Universitas Negeri Jakarta yang mengalami kekerasan dalam berpacaran. Salah satu alasan mengapa peneliti menjadikan perempuan sebagai subjek karena perempuan yang lebih banyak mengalami kekerasan dalam berpacaran dibandingkan dengan laki-laki. Adapun pemilihan responden penelitian dilakukan dengan cara pengambilan sampel bola salju/berantai. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah fenomenologis. Penelitian dilakukan di kafe terdekat dan di rumah responden.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan data yang diperoleh dari wawancara yang dilakukan kepada ketiga narasumber, ditemukan bahwa ketiga narasumber menerima introyeksi. Hal ini dapat dilihat dari perkataan setiap responden yang

menyatakan bahwa mereka harus selalu berbuat baik dengan orang lain. Dari introyeksi yang mereka dapatkan tersebut membuat mereka memiliki harga diri yang rendah. Hal ini sesuai dengan dampak dari introyeksi yaitu rendahnya harga diri pada mereka yang menyebabkan mereka merasa menjadi orang nomor dua. Tidak hanya itu, penelitian yang dilakukan oleh Maria Jessica juga menyatakan bahwa korban kekerasan dalam berpacaran akan memiliki harga diri yang rendah karena merasa tidak dihargai sama sekali saat diperlakukan kasar oleh pacarnya. Rendahnya perilaku asertif yang mereka miliki juga menjadi faktor penyebab mereka menjadi korban kekerasan. Mereka selalu mengikuti perkataan pacarnya agar terhindar dari kekerasan yang akan mereka dapatkan. Dalam hubungannya dengan orang lain selain dengan pacarnya, setiap responden juga mengatakan bahwa mereka merasa tidak enak dan sulit untuk menolak ajakan temannya walaupun hal tersebut tidak sesuai dengan apa yang ia inginkan.

Dari analisis mengenai introyeksi yang telah dijelaskan tersebut menimbulkan polaritas emosi pada setiap responden.

Polaritas emosi adalah polaritas antara kesenangan dan kesakitan, antara kesenangan dan depresi, serta antara cinta dan benci. Setiap responden mengalami polaritas emosi yang membuat mereka merasakan sakit hati atas perkataan dan perlakuan yang telah dilakukan oleh pacarnya namun mereka tetap bertahan karena memiliki rasa sayang yang begitu besar kepada pacarnya.

Polaritas yang muncul pada korban kekerasan dalam berpacaran membuat mereka juga merasakan kebingungan-kebingungan ketika ingin melakukan sesuatu. Mereka memiliki keinginan untuk mengungkapkan apa yang mereka ingin lakukan dan inginkan tetapi mereka juga takut pacarnya tidak dapat menerima perkataannya hingga pada akhirnya ia ikut saja dengan apa yang diucapkan oleh pacarnya.

Ketiga responden korban kekerasan mengaku pernah melakukan perlawanan kepada pelaku namun mereka mengatakan bahwa hal itu percuma saja karena sekuat apapun mereka membalas, pada akhirnya mereka akan kalah karena kekuatan fisik perempuan tidak sekuat dengan laki-laki. Selain itu adanya upaya untuk mengendalikan wanita yang dilakukan oleh pelaku kekerasan membuat ketiga responden merasa lemah dan takut untuk melakukan

perlawanan kepada laki-laki. Pengertian yang salah mengenai makna pacaran juga memunculkan anggapan bahwa pacaran sering dianggap sebagai bentuk kepemilikan atau penguasaan atas diri pasangan membuat wanita dibatasi hak dan wewenangnya untuk mengembangkan diri. Sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Murray, dalam hubungan berpacaran, peran gender pria diharapkan untuk lebih mendominasi sedangkan wanita diharapkan untuk lebih pasif.

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai introyeksi dan polaritas pada korban kekerasan dalam berpacaran yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa korban kekerasan dalam berpacaran mengalami introyeksi yang diberikan oleh lingkungan kepada dirinya. Introyeksi yang diterima dari orangtuanya berkaitan dengan hubungan individu kepada orang lain. Introyeksi tersebut yaitu "*harus berbuat baik kepada orang lain*".

Dari introyeksi yang diterima tersebut menimbulkan polaritas emosi pada setiap responden. Polaritas emosi adalah polaritas antara kesenangan dan kesakitan, antara kesenangan dan depresi, serta antara cinta dan benci. Setiap responden mengalami polaritas

emosi yang membuat mereka merasakan sakit hati atas perkataan dan perlakuan yang telah dilakukan oleh pacarnya namun mereka tetap bertahan karena memiliki rasa sayang yang begitu besar kepada pacarnya. Polaritas yang muncul pada korban kekerasan dalam berpacaran membuat mereka juga merasakan kebingungan-kebingungan ketika ingin melakukan sesuatu. Mereka memiliki keinginan untuk mengungkapkan apa yang mereka ingin lakukan dan inginkan tetapi mereka juga takut pacarnya tidak dapat menerima perkataannya hingga pada akhirnya ia ikut saja dengan apa yang diucapkan oleh pacarnya.

Saran yang dapat dituliskan berdasarkan hasil penelitian yaitu bagi calon guru BK ataupun kepada guru BK diperlukannya pemberian layanan atau bimbingan mengenai kekerasan untuk mencegah mereka menjadi korban dari kekerasan dilingkungannya. Sedangkan bagi siswa ataupun mahasiswa diperlukan kesadaran terhadap lingkungan agar mereka tidak mengalami kekerasan tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

Arivia. (2002). *Filsafat Berperspektif Feminis*. Jakarta: Yayasan Jurnal Perempuan.

Charles L. Thompson. (2004). *Counseling Children* (Thomson Brooks/Cole)

Dave Mann. *Gestalt therapy: 100 Key Point and Techniques*. Routledge. 2010

Djam'an, Satori dan Aan Komariah. (2012). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Alfabeta

Elizabeth B. Hurlock. (1980). *Psikologi Perkembangan*.

Haris Herdiansyah. (2010). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Salemba Humanika

Jill Murray. (2007). *But I Love Him – Protecting Your Teen Daughter from Controlling, Abusive Dating Relationship*. HarperCollins e-books

Komalasari. Gantina, Eka Wahyuni dan Karsih. (2011). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks.

Komalasari. Gantina. Eka Wahyuni dan Karsih. (2011). *Asesmen Teknik Nontest dalam Perspektif BK Komprehensif*. Jakarta: Indeks

- Lembar Fakta Catatan Tahunan (CATAHU) Komnas Perempuan Tahun 2012 (Korban Berjuang, Publik Bergerak: Menyoal Stagnansi Sistem Perlindungan Negara Terhadap Perempuan Korban Kekerasan) Jakarta, 7 Maret 2013
- Lexy J. Moleong. (2010). *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Remaja Rosdakarya
- Maria Jessica. (2007). *Dampak Psikologis pada Dewasa Muda Korban Kekerasan dalam Berpacaran*. Universitas Katolik Soegijapranata
- Murniarti. (2005). *Getar Gender: Perempuan Indonesia dalam Perspektif Sosial, Politik, Ekonomi, Hukum, dan HAM*. Magelang: Indonesia
- Reputrawati. Janji Gombal. (Yogyakarta: Rifka Annisa Women's Crisis Center, 2000)
- Santrock. (2007). *Remaja*. Jakarta: Erlangga
- Sumita. (Julia Sen. 2009). *An Examination of The Relationship Among Childhood Abuse, Introject Style and Psychotherapy Outcome for Depression*. Universitas of Toronto.
- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Tana N Lamm. *Examining Dating Violence in Adolescent Relationships and Prevention Program Options for Educators. A Research Paper for the Master of Science Degree*. 2010
- Windha Ayu Safitri. et al., *Dampak Kekerasan dalam Berpacaran*. Universitas Jember. 2013
- http://www.actforyouth.net/resources/rf/rf_datingviolence_0206.pdf. A collaboration of Cornell University, Universit Of Rochester and Newyork State Center for School Safet. 2006. diunduh pada tanggal 1 November 2015
- <http://www.humanservices.alberta.ca/documents/PFVB0377-dating-abuse-booklet.pdf> diunduh tanggal 20 September 2015
- <http://jabar.metrotvnews.com/read/2015/06/09/134687/tren-kekerasan-dalam-pacaran-didominasi-siswa-smp>. Diunduh tanggal 28 September 2015
- https://tspace.library.utoronto.ca/bitstream/1807/19163/1/Sen_Sumita_J_200911_PhD_thesis.pdf