

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, pacar merupakan kekasih atau teman lawan jenis yang tetap dan mempunyai hubungan berdasarkan cinta kasih. Berpacaran adalah bercintaan; (atau) berkasih-kasih (dengan sang pacar). Memacari adalah mengencani, (atau) menjadikan dia sebagai pacar.¹ Dilihat dari sudut pandang psikologi, berhubungan lebih dekat dengan lawan jenis adalah upaya mempersiapkan diri untuk memasuki perkawinan, dan menjadi salah satu tugas perkembangan (*development task*) remaja.² Menurut remaja, pacaran merupakan salah satu topik perbincangan utama yang menarik bersama kalangannya.³ Hal ini juga sejalan dengan Sullivan (1953) yang menyatakan bahwa hubungan yang romantis (pacaran) merupakan salah satu hal penting dalam tugas perkembangan remaja.⁴

Fenomena kekerasan yang sering diangkat menjadi bahan pembicaraan hingga pemberitaan hanyalah seputar kekerasan yang melanda pasangan yang telah menikah atau telah berumah tangga

¹ Kamus Besar Bahasa Indonesia, Edisi Ketiga, 2003, h.807

² Elizabeth B Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga, 1980), h. 252

³ Paul Florsheim, *Adolescent Romantic Relations and Sexual Behavior*, (New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers, 2003), h. 3

⁴ *Loc.cit*

(KDRT). Namun kekerasan dalam hubungan juga terjadi pada mereka yang belum menikah yaitu pada mereka yang masih berpacaran, yang dikenal dengan kekerasan dalam pacaran atau *dating violence*. Kekerasan dalam pacaran merupakan suatu sikap mengendalikan, kasar, dan merupakan perilaku agresif dalam hubungan pacaran, yang dapat terjadi dalam hubungan lawan jenis atau sesama jenis mencakup kekerasan verbal, emosional, fisik, pelecehan seksual, atau kombinasi dari keseluruhan.⁵

Departemen Sosial Amerika Serikat memperkirakan lebih dari 90% dari semua kasus kekerasan, kebanyakan korbannya ialah perempuan dan pelakunya laki-laki.⁶ Berdasarkan data dari LSM Mitra Perempuan bahwa di Jakarta pada tahun 2000, sekitar 11,6% perempuan mengalami kekerasan pada masa pacaran.⁷ Selain itu, data dari Rifka Annisa *Women Crisis Center* dari tahun 2000 hingga tahun 2002, sekitar 264 perempuan melaporkan bahwa dirinya mengalami kekerasan pada masa pacaran.⁸ Selanjutnya berdasarkan catatan Rifka Annisa, data khusus mengenai kekerasan terhadap pacar di Daerah Istimewa Yogyakarta sejak tahun 1994 hingga 2007 mencapai 703

⁵ *Dating Violence*. (www.victimsofcrime.org/help-for-crime-victims/get-help-bulletins-for-crime-victims/bulletins-for-teens/dating-violence) diakses pada tanggal 26 April 2015

⁶ National Teen Dating Abuse Helpline. *What You Need To Know About Dating Violence a Teen's Handbook*. (loveisrespect.org)

⁷ www.psychoshare.com/file-1355/psikologi-remaja/kekerasan-terhadap-perempuan-pada-masa-pacaran.html diakses pada tanggal 27 April 2015

⁸ *Loc.Cit*

kasus.⁹

Selanjutnya dalam Temuan dalam Catatan Tahunan (CATAHU) Komnas Perempuan pada 5 tahun terakhir menyatakan bahwa kasus kekerasan dalam pacaran yang menimpa perempuan berbeda jumlah kasus pada setiap tahunnya. Dinyatakan pada CATAHU tahun 2010 terdapat 1.000 kasus kekerasan dalam pacaran, CATAHU pada tahun 2011 terdapat 1.405 kasus kekerasan dalam pacaran, CATAHU pada tahun 2012 terdapat 1.085 kasus kekerasan dalam pacaran, CATAHU pada tahun 2013 terdapat 2.507 kasus kekerasan dalam pacaran, dan terakhir CATAHU tahun 2014 terdapat 1.748 kasus kekerasan dalam pacaran.¹⁰

Dalam konteks kekerasan dalam pacaran, terdapat dua pemeran utama didalamnya, yaitu pelaku dan korban. Korban kekerasan dalam pacaran ialah seseorang yang merasakan kesengsaraan atau penderitaan fisik, seksual atau psikologis, misalnya menerima ancaman, pemaksaan, dan perampasan hak yang dilakukan oleh pasangannya yang menjadi pelaku atas dasar kekuatan dan kekuasaan. Kekerasan dalam pacaran tidak serta merta berupa kekerasan fisik yang hanya memberi bukti adanya kesakitan fisik yang nampak diderita korban, melainkan ada juga kekerasan yang meliputi emosional dan seksual.

⁹lipsus.kompas.com/jalanjalan/read/2008/12/19/18564931/Kasus.Kekerasan.dalam.Pacaran.Masih.Cukup.Tinggi diakses pada tanggal 28 April 2015

¹⁰ Lembar Fakta Catatan Tahunan (CATAHU) Komnas Perempuan

Pelaku yang secara terus menerus melakukan kekerasan terhadap pasangannya baik berupa kekerasan fisik, emosional, hingga seksual, akan berdampak buruk bagi korban itu sendiri.

Dalam Ravina dijelaskan bahwa dampak-dampak yang rentan dialami oleh korban kekerasan dalam pacaran seperti di atas meliputi menurunnya rasa percaya diri, sulit untuk menjadi dirinya sendiri, perubahan dalam kebiasaan (seperti stres, sukar tidur, hilang nafsu makan atau malah makan berlebihan, selalu merasa lelah, sakit kepala, dan lain-lain), meningkatnya rasa ketidak berdayaan, mengalami perasaan sakit, menyalahkan diri sendiri atas masalah orang lain, meningkatnya rasa cemas hingga depresi, hingga yang sering ditemui ialah terlihat tanda luka atau memar pada fisiknya.¹¹

Selanjutnya dalam *Violence in Dating Relationships, National Clearinghouse on Family Violence*, dampak yang mungkin dialami oleh korban kekerasan dalam pacaran ialah dampak fisik berupa luka cedera hingga patah tulang. Dampak psikologis yang berupa depresi, kecemasan, perasaan sedih dan putus asa. Serta dampak bagi mereka yang memiliki strategi penyelesaian masalah yang tidak sehat¹², yang mana dampak-dampak ini menghambat korban dalam mencapai tugas-

¹¹ Dhita Ravina, A., Skripsi: *Studi Kekerasan dalam Berpacaran Melalui Persepsi Siswa Kelas XI dan Guru Bimbingan Konseling SMA-IT Halimiyah Jakarta Timur*, Jakarta: UniverSs Negeri Jakarta, 2013

¹² Government of Canada, *Violence in Dating Relationships*, (National Clearinghouse on Family Violence), h.9

tugas perkembangan dirinya. Jill Muray juga menjelaskan bahwa kekerasan dalam pacaran dapat mengakibatkan korban mengalami cedera permanen, kematian karena bunuh diri atau dibunuh, depresi, kesulitan mendapatkan, mempertahankan, dan menyesuaikan diri dengan pekerjaan, pelecehan emosional, isolasi sosial, kehilangan harga diri, rasa putus asa dan tidak berdaya, serta kehilangan identitas.¹³

Beberapa korban kekerasan dalam pacaran cenderung kurang memiliki kemampuan untuk mengelola perasaan dan keyakinannya, sehingga ia dikelilingi oleh rasa ketakutan, kecemasan dan kekhawatiran. Seperti misal, ia memiliki kesalahan dalam memposisikan dirinya sebagai seseorang yang wajar mendapatkan kekerasan sebagai konsekuensi akibat kesalahan yang ia atau pacarnya lakukan, dengan keyakinan bahwa sikap keras sang pacar merupakan cara yang baik untuk mendidik dirinya dan ia menerima saja, asalkan ia tetap dicintai. Pada keyakinan lainnya, korban merasakan kecemasan atau kekhawatiran, misal korban merasa takut bahwa sang pacar tidak lagi mencintai dirinya, karena sikap kasar yang dilakukan pacarnya secara berulang.

Dilihat dari beberapa dampak berupa situasi pikiran / keyakinan

¹³ Jill Muray, *But I Love Him. Protecting Your Teen Daughter from Controlling, Abusive Dating Relationship..* (HarperCollins e-books), h.58

yang dimiliki oleh korban tersebut, peneliti mencoba menarik akar permasalahan bahwa korban memiliki pikiran / keyakinan yang irasional. Keyakinan irasional merupakan kenyataan dalam hidup individu yang tidak mampu mengelola pikiran dan perasaannya untuk berpikir logis, terbentuk dari pengalaman-pengalaman serta proses belajar yang tidak logis yang diperoleh dari orang tua, keluarga, masyarakat sekitar, dan kebudayaan, sehingga menjadi mungkin berperilaku yang tidak diharapkan.

Dalam konteks ini, korban dengan keyakinan irasional tidak mampu berpikir secara baik dan logis, yang akhirnya melahirkan dampak-dampak lain seperti rasa ketidakpercayaan diri, perubahan kebiasaan, sulit untuk menjadi dirinya sendiri, dan kecemasan, serta kekhawatiran. Keyakinan irasional korban tersebut akan menyebabkan dampak psikologis yang lebih besar, seperti depresi dan merugikan dirinya karena akan menjadi penghambat dalam mencapai tugas perkembangannya, oleh sebab itu korban sebaiknya diberikan penanganan secara tepat.

Bimbingan dan konseling merupakan pelayanan dari, untuk, dan oleh individu. Bimbingan merupakan proses pemberian bantuan yang diberikan seorang ahli kepada individu dengan berbagai prosedur dan materi agar individu mampu mandiri dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Konseling merupakan proses pemberian

bantuan yang didasarkan prosedur wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu (konseli) yang bermuara pada teratasinya permasalahan konseli.¹⁴ Konseling dalam BK memiliki pendekatan yang berbeda untuk menangani setiap permasalahan yang berbeda.

Upaya memberikan penanganan secara tepat terkait dengan permasalahan keyakinan irasional korban kekerasan dalam pacaran dapat dilakukan dengan layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* karena merupakan pendekatan yang sangat tepat guna mengubah keyakinan irasional korban menjadi lebih rasional dengan membangun filosofi hidup dan aksi yang lebih baru.¹⁵ Dalam pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*, terdapat banyak teknik yang dapat diterapkan untuk mengubah keyakinan irasional seseorang. Teknik yang tepat untuk membantu menurunkan keyakinan irasional korban kekerasan dalam pacaran dan mengubahnya menjadi lebih rasional ialah *dispute* kognitif. *Dispute* kognitif menurut Thompson merupakan teknik yang digunakan untuk mengkonfrontasi keyakinan irasional dan kekhawatiran yang terkait, selain itu juga untuk meniadakan depresi, stres, dan serangan

¹⁴ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: PT Asdi Mahasatya, 2004), h. 130

¹⁵ Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT. Indeks, 2011), h.213

kepanikan yang ada pada diri konseli.¹⁶ Dijelaskan lebih lanjut bahwa teknik *dispute* kognitif mengajak konseli dalam situasi yang mengeluarkan, menemukan, dan mendispute keyakinan irasional. Cara yang digunakan dalam melakukan *dispute* kognitif adalah dengan cara bertanya (*questioning*).¹⁷

Teknik *dispute* kognitif dipilih dengan pertimbangan: Pertama, tujuan teknik *dispute* kognitif ialah untuk menyerang keyakinan irasional yang dimiliki konseli. Kedua, teknik *dispute* kognitif ini tepat dalam mengatasi permasalahan seputar kecemasan dan kekhawatiran besar yang dimiliki korban kekerasan dalam pacaran. Diharapkan dengan konseling kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan teknik *dispute* kognitif dapat membantu korban kekerasan dalam pacaran untuk mengubah keyakinan yang irasional menjadi lebih rasional dan dapat menentukan filosofi hidup baru sehingga konseli sebagai korban kekerasan dalam pacaran lebih mampu bertindak dan bersikap tegas atas perilaku kasar pasangan serta memiliki kemampuan untuk melindungi dan menghargai diri sendiri.

Berdasarkan fenomena di atas, peneliti tertarik untuk mengkaji permasalahan tersebut dalam suatu penelitian yang berjudul “Pengaruh Konseling Kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan Teknik

¹⁶ Rosemary A. Thompson, *Counseling Techniques*, (Newyork: Routledge Taylor & Francis Group, 2003), h.195

¹⁷ *Ibid*, h. 206

Dispute Kognitif Untuk Menurunkan Keyakinan Irasional Korban Kekerasan dalam Pacaran”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka masalah yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut:

1. Bagaimanakah bentuk dan fenomena kekerasan dalam pacaran yang terjadi pada remaja?
2. Apa sajakah dampak yang dialami remaja sebagai korban kekerasan dalam pacaran?
3. Bagaimanakah “Pengaruh konseling kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan teknik *dispute* kognitif untuk menurunkan keyakinan irasional korban kekerasan dalam pacaran”?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan masalah-masalah yang teridentifikasi, maka permasalahan dibatasi pada:

1. Penelitian ini mengkaji “Pengaruh konseling kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan teknik *dispute* kognitif untuk menurunkan keyakinan irasional korban kekerasan dalam pacaran”.
2. Subjek yang akan diteliti ialah siswi sebagai remaja, dengan pertimbangan: pertama, masa seseorang mulai menjalin hubungan pacaran dengan lawan jenis ialah saat remaja karena sedang memiliki kecenderungan minat yang tinggi terhadap lawan jenis;

kedua, memberikan penanganan kepada siswi diwaktu yang dini, diharapkan mampu menjadi tindakan perbaikan untuk membantu siswi sehingga dapat memperbaiki kekeliruan dalam berpikir, berperasaan, dan bertindak. Selanjutnya, tindakan berlanjut pada upaya preventif agar keyakinan irasional siswa tidak berlanjut ke masa dewasa yang dapat menghambat tugas perkembangannya dan ia mampu untuk mengelola keyakinannya sendiri secara lebih baik, tepat, dan rasional.

D. Perumusan Masalah

Dari identifikasi dan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: “Bagaimanakah pengaruh konseling kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan teknik *dispute* kognitif untuk menurunkan keyakinan irasional korban kekerasan dalam pacaran”?

E. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kegunaan sebagai berikut:

1. Bagi Konselor

Dapat membantu konselor memahami fenomena kekerasan dalam pacaran yang marak terjadi dikalangan siswa sehingga konselor dapat memberikan penanganan secara tepat kepada siswa sebagai konseli korban kekerasan dalam pacaran, bahkan konselor sekolah

dapat mengangkat kekerasan dalam pacaran menjadi materi untuk kegiatan bimbingan sebagai upaya preventif..

2. Bagi Peneliti

Dapat digunakan sebagai bahan mengembangkan pemahaman yang dimilikinya mengenai pengaruh konseling kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan teknik *dispute* kognitif untuk menurunkan keyakinan korban kekerasan dalam pacaran.

3. Bagi Siswa

Dapat memberikan pengetahuan untuk siswa seputar kekerasan dalam pacaran serta dampak-dampaknya apabila hal tersebut tetap dibiarkan, serta upaya yang dapat siswa lakukan apabila menerima kekerasan dalam hubungan pacaran. Selanjutnya melalui penelitian ini, diharapkan siswa mampu menurunkan keyakinan irasionalnya dan mengembangkan keyakinan yang lebih rasional dengan filosofi hidup yang baru serta membangun tindakan yang akan menguatkan keyakinan yang rasional.