

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Belakangan ini fenomena *gaslighting* marak dibicarakan di sosial media. *Gaslighting* merupakan salah satu bentuk manipulasi psikologis yang membuat seseorang mempertanyakan kewarasan dirinya sendiri atau meragukan kebenaran atas pengalaman yang sebenarnya memang ia rasakan karena telah mendapatkan begitu banyak kebohongan, penyangkalan terhadap hal-hal yang telah terjadi, dan berujung mempertanyakan proses berpikir dirinya sendiri. *Gaslighting* akan membuat individu sebagai korban menjadi menyalahkan diri mereka sendiri atas apa yang mereka rasakan. Padahal pada kenyataannya hal tersebut merupakan taktik dari kekerasan emosional yang dilakukan oleh pelaku *gaslighting* (Fisher, 2019).

Merriam-Webster, perusahaan penerbitan kamus tertua di Amerika, menjelaskan bahwa *gaslighting* menjadi *word of the year 2022* disebabkan pencarian terhadap kata *gaslighting* di situs webnya meningkat sebesar 1,740% (Cabral, 2022). *Gaslighting* juga menjadi pembicaraan yang populer di media sosial Twitter. Banyak dari penggunaanya mengeluhkan bahwa mereka mendapat perlakuan *gaslighting* dari lingkungan terdekatnya (Muflihah & Naqiyah, 2022).

Berdasarkan survei yang telah dilakukan oleh *One Love*, diketahui bahwa sebanyak 47% respondennya merasa kebingungan apakah mereka benar-benar bersalah seperti apa yang dikatakan oleh pasangannya (Lindner, 2023). Kebingungan tersebut merupakan salah satu taktik *gaslighting* yang umum dilakukan. Hampir separuh dari peserta survei *One Love* mengalami kebingungan mengenai kesalahan mereka. Hal ini menunjukkan manipulasi dari *gaslighting* ini semakin marak terjadi.

Kasus *gaslighting* yang diteliti oleh Muflihah & Naqiyah (2022) menunjukkan bahwa pelaku *gaslighting* mendominasi dan membatasi ruang interaksi korban, sehingga korban selalu meminta pendapat pelaku terhadap banyak

hal. Namun, apabila korban merasa tidak setuju atau melawan saran dan keputusan yang diajukan oleh pelaku, maka pelaku akan menyalahkan korban hingga korban mempercayai bahwa dirinya memang bersalah. Hal-hal tersebut membuat korban merasa hal yang pasangannya perintahkan adalah yang terbaik untuk dirinya. Akibatnya, pelaku dapat memegang kendali terhadap keputusan yang akan korban ambil.

Gaslighting merupakan salah satu bentuk dari kekerasan emosional (Stark, 2019). Zahra & Yanuvianti (2017) menjelaskan bahwa selain kekerasan emosional, terdapat pula bentuk kekerasan lainnya yaitu kekerasan fisik dan kekerasan seksual. Kekerasan fisik adalah tindakan yang menyebabkan orang lain terluka secara fisik. Sementara, kekerasan seksual adalah pemaksaan untuk melakukan kegiatan atau kontak seksual ketika korbannya tidak menghendakinya.

Kekerasan emosional merupakan bentuk kekerasan non fisik yang dilakukan guna untuk mengontrol, mengintimidasi, melecehkan, merendahkan, maupun mengisolasi yang dapat menyebabkan permasalahan pada mental korbannya hingga dewasa nanti (Nuranie & Fitri, 2020). Sebelum timbulnya kekerasan fisik, biasanya pelaku kekerasan fisik melakukan kekerasan emosional terlebih dahulu kepada korban (Natasya & Susilawati, 2020). Sehingga kekerasan fisik sangat mungkin berawal dari kekerasan emosional.

Terjadi banyak kasus kekerasan di Indonesia beberapa tahun terakhir. Dikutip dari *website* Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia (kemenpppa.go.id) per 14 Februari 2024 didapatkan hasil sebanyak 307 (17,3%) pada rentang usia 18-24 tahun menjadi pelaku kekerasan. Sebanyak 708 kasus kekerasan psikis terjadi. Kekerasan paling banyak dilakukan oleh pacar atau teman dengan jumlah 438 (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia, 2024).

Dari data tersebut, dapat dilihat bahwa tingkat kekerasan yang dilakukan oleh pacar atau teman dan di usia 18-24 tahun marak terjadi. Di rentang usia tersebut, sebagaimana yang dinyatakan oleh Arnett (2000) bahwa di usia 18-25 tahun tugas perkembangan seseorang satu di antaranya adalah mengeksplorasi identitas dalam bidang percintaan, pekerjaan, dan pandangan terhadap dunia. Individu yang sudah memasuki usia ini akan berusaha memenuhi tugas

perkembangannya dengan mengeksplorasi identitasnya dengan cara memiliki hubungan percintaan.

Hubungan percintaan yang dimaksud adalah hubungan pacaran, bukan hubungan pernikahan. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Siswandari & Astrella (2023), sebesar 73,7% *emerging adulthood* merasa belum siap untuk menikah. Dengan data tersebut, diketahui bahwa lebih banyak *emerging adulthood* yang belum menikah. Zakiyah dkk. (2018) menjelaskan pada masa *emerging adulthood* yang menjadi tujuan manusia yakni hubungan pacaran dan bukan pada hubungan pertemanan. Maka dari itu, fokus permasalahan yang dibidik berada pada lingkup hubungan pacaran.

Pacaran adalah hubungan antara seseorang dengan lawan jenisnya yang eksklusif karena memiliki keterikatan secara emosional (Sulistianto, 2022). Hubungan ini dipenuhi dengan percampuran emosi yang rumit seperti emosi takut, marah, hasrat seksual, sukacita, dan cemburu (Santrock, 2014). Sejatinya, aktualisasi rasa cinta dalam hubungan pacaran dapat dilihat dari perilaku seperti berusaha untuk tidak saling menyakiti atau melukai (Wahyuni dkk., 2020).

Namun kenyataannya, masih banyak terjadi kekerasan dalam hubungan pacaran seperti yang dijelaskan pada artikel berita yang ditulis oleh Nugroho (2023) yang memberikan data dari Komnas Perempuan yaitu kasus kekerasan tertinggi dilakukan oleh mantan pacar sebanyak 713 kasus. Sementara kasus kekerasan yang dilakukan oleh pasangan sebanyak 422 kasus. Selain data tersebut, masih banyak pula kasus kekerasan dalam pacaran yang tidak dilaporkan.

Kekerasan dalam pacaran menurut Arifin & Rahmawati (2015) adalah kekerasan dalam relasi intim dengan cara memaksa, menyerang, merusak, mengendalikan, mengancam, secara fisik maupun psikis. Hubungan sebelum menikah sangat rentan terhadap tindak kekerasan. Sangat disayangkan banyak orang yang memiliki pandangan bahwa kekerasan merupakan konsekuensi yang didapatkan ketika seseorang memutuskan untuk berpacaran, sehingga banyak orang yang berusaha untuk tetap mempertahankan hubungannya meskipun telah terjadi kekerasan di dalamnya.

Kekerasan emosional menjadi titik awal untuk terjadinya kekerasan seksual dan kekerasan fisik (Agnin, 2021). Menurut Wibowo & Parancika (2018),

kekerasan emosional merupakan manipulasi secara langsung maupun tidak langsung dalam bentuk ancaman dan hukuman kepada korban apabila korban tidak melakukan apa yang pelaku inginkan. Nuranie & Fitri (2020) menjelaskan bahwa biasanya kekerasan emosional lebih sulit untuk diidentifikasi dan lebih mudah untuk disangkal.

Kekerasan emosional menjadi kekerasan yang paling banyak terjadi pada hubungan pacaran (Godfrey dkk., 2021). Zahra & Yanuvianti (2017) juga memaparkan bahwa kekerasan emosional menjadi kasus yang paling banyak terjadi dalam pacaran dibandingkan kekerasan fisik dan kekerasan seksual. Maka dari itu kekerasan emosional tidak dapat dipandang sebelah mata. Perlu adanya tindakan guna mengurangi terjadinya kekerasan emosional.

Korban kekerasan sangat mungkin untuk mengalami dampak yang ditimbulkan dari perlakuan tersebut. Pratiwi & P (2020) menjelaskan dampak negatif dari kekerasan terhadap psikis seseorang yaitu stres, depresi, perasaan tidak berdaya, upaya menyakiti diri sendiri, dan adanya pemikiran untuk bunuh diri. Sayangnya, dampak buruk kekerasan emosional sulit untuk diukur dan dilihat secara langsung karena tidak meninggalkan bekas fisik (Andini dkk., 2019). Dampak psikis ini yang seharusnya paling membutuhkan perhatian dan perawatan (Natasya & Susilawati, 2020).

Lestari dkk. (2022) menjelaskan bahwa umumnya mereka yang mengalami kekerasan dalam pacaran awalnya tidak menyadari bahwa mereka mengalami kekerasan dalam pacaran. Namun, tidak semua korban yang sudah menyadarinya akan mengambil langkah untuk memutus hubungan dengan kekasihnya. Banyak korban yang merasa harus mempertahankan hubungan tersebut meskipun sudah mengalami kekerasan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Khaninah & Widjanarko (2016), terdapat beberapa alasan seorang korban kekerasan dalam pacaran memilih untuk bertahan dalam hubungan tersebut di antaranya memiliki pandangan bahwa pasangan dapat berubah di kemudian hari, merasa pasangan akan merubah sikap mereka menjadi lebih baik, mengharapkan bahwa hubungan tersebut dapat diperbaiki, memiliki ketakutan akan disakiti atau diancam dengan pemutusan

hubungan, tidak memiliki pilihan lainnya, merasa pasangan terlalu baik, dan malu karena sudah banyak orang yang mengetahui hubungan tersebut.

Pratiwi & P (2020) mengemukakan bahwa tidak semua korban kekerasan dalam pacaran merasa bahwa mereka mendapatkan dampak yang buruk. Hal ini terjadi karena korban mempertimbangkan hal-hal positif yang ada pada hubungan yang dimiliki. Ini akan memunculkan perasaan tertekan dan kecenderungan untuk tidak menikmati hubungan yang dimiliki. Namun, pada korban kekerasan dalam pacaran yang merasa bahwa mereka menerima dampak yang buruk, mereka cenderung berpikir bahwa kekerasan yang diterima merupakan ungkapan cinta dari pasangan mereka. Akibat pemikiran tersebut, korban akan mengesampingkan dampak buruk yang diterima dari tindak kekerasan tersebut.

Marshall (1999; dalam Jones dkk., 2005) menjelaskan bahwa kekerasan emosional bersifat *subtle* (halus atau tak tampak) sehingga akan sulit bagi seseorang untuk mengidentifikasi pelaku dan korban kekerasan emosional. Seseorang dapat tidak menyadari bila dirinya menjadi pelaku maupun korban kekerasan emosional (Afrian & Susanti, 2022). Putri dkk. (2018) menambahkan bahwa korban kekerasan emosional yang akhirnya menjadi pelaku kekerasan emosional dapat menganggap tindakan kekerasan emosional sebagai hal biasa, bukan sebagai hal yang negatif.

Soetjningsih (2002; dalam Fitriana dkk., 2015) mengklasifikasikan faktor-faktor yang membuat seseorang melakukan kekerasan emosional menjadi faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internalnya adalah kurangnya pengetahuan dan pengalaman masa kecil yang mendapatkan perlakuan salah. Sementara faktor eksternalnya adalah ekonomi dan lingkungan. Pengalaman masa kecil yang mendapatkan perlakuan kurang baik sangat berpengaruh kepada individu tersebut di masa depannya. Terlebih jika pengalaman itu terjadi di masa kanak-kanak. Hal ini dikarenakan anak merekam segala kejadian di alam bawah sadarnya dan disimpan hingga dewasa.

Anak yang mengalami kekerasan cenderung akan berperilaku agresif dan melakukan kekerasan (Ariani & Asih, 2022). Andini dkk. (2019) menjelaskan bahwa anak yang pernah mengalami kekerasan akan mengalami trauma dan membuat tumbuh kembangnya abnormal yang akan mempengaruhi dirinya ketika sudah dewasa. Pola asuh orang tua kepada anaknya dengan tipe pola asuh otoriter,

penuh dengan ancaman dan hukuman, serta pembuat peraturan tunggal secara sadar ataupun tidak sadar mengakibatkan anak menjadi takut untuk terbuka kepada orang tua terkait keinginannya. Pelaku kekerasan akan memberikan ancaman dan larangan kepada anak untuk tidak memberitahukan hal tersebut kepada orang lain. Hal ini mengakibatkan anak menjadi takut dan tidak akan berani membantah pelaku kekerasan. Trauma tersebut akan dibawa oleh anak hingga dirinya dewasa.

Peristiwa yang berpotensi menimbulkan trauma ini disebut oleh Boullier & Blair (2018) dengan *adverse childhood experiences*. Pengalaman masa kecil yang merugikan tersebut termasuk dengan penganiayaan, pelecehan, serta tinggal di lingkungan yang berbahaya bagi perkembangan anak. Perez dkk. (2018) menjelaskan bahwa tingkat *childhood adversity* yang tinggi dapat memprediksi seseorang melakukan kekerasan.

Adverse childhood experiences yang membuat seseorang menjadi pelaku kekerasan emosional dapat dijelaskan dengan teori milik Bandura (Powers dkk., 2020). Bandura (1977) menjelaskan bahwa *modeling* merupakan salah satu cara manusia belajar dengan cara mengamati orang lain. Dengan *modeling*, seseorang membentuk gagasan terkait bagaimana sebuah perilaku yang baru dilakukan. Setelah memahaminya, pengetahuan tersebut akan menjadi panduan seseorang untuk bertindak.

Sehingga, perilaku yang dilakukan oleh orang tua kepada anaknya dapat menjadi contoh dan panduan anak untuk menjalani kehidupan di kemudian hari (Powers dkk., 2020). Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Crawford & Wright (2007; dalam Richards dkk., 2017) yang menjelaskan bahwa kekerasan emosional yang terjadi pada masa kanak-kanak dapat memprediksi terjadinya kekerasan dalam hubungan. Richards dkk. (2017) mengemukakan bahwa anak-anak yang mengalami kekerasan dapat menjadi pelaku atau pun korban kekerasan emosional dalam pacaran di kemudian hari. Sehingga dapat disimpulkan bahwa seseorang yang pernah mempelajari tindak kekerasan emosional atau menjadi korban kekerasan emosional memiliki kemungkinan untuk menjadi pelaku kekerasan emosional di masa depan.

Keterampilan sosial dan emosional dapat mempengaruhi perilaku kekerasan (Widiastuti, 2022; Alkatiri & Widianti, 2023). Keterampilan sosial dan emosional

menurut Adrianindita (2015) merupakan keterampilan untuk mengawali atau mempertahankan sebuah hubungan positif dalam interaksi sosial yang diperoleh melalui proses belajar.

Pernyataan bahwa keterampilan sosial dan emosional dapat mempengaruhi perilaku kekerasan didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Khoiruddin (2018) yang menunjukkan bahwa anak dengan masalah perkembangan sosial dan emosional cenderung terhambat dalam urusan penyesuaian sosial. Masalah ini terjadi karena orang tua mengesampingkan perkembangan emosional anak. Terhambatnya perkembangan emosional akan berpengaruh pula pada perkembangan sosial anak. Sebagian dari masalah sosial dan emosional salah satunya berawal dari lingkungan penuh kekerasan.

Salah satu keterampilan sosial dan emosional adalah pengambilan perspektif (Oberle, 2018). Davis (1980) menjelaskan bahwa pengambilan perspektif adalah kemampuan individu untuk mengadopsi perspektif atau sudut pandang orang lain. Menurut Bernstein & Davis (1982), pengambilan perspektif adalah kemampuan seseorang untuk memahami orang lain melalui perspektif orang lain tersebut.

Pengambilan perspektif menciptakan perasaan lembut berupa kepedulian empati dan tindakan penuh kasih sehingga seseorang mampu menjalin hubungan interpersonal yang positif (Williams, 2012). Sehingga pengambilan perspektif dapat didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk menggeser perspektif guna memahami sudut pandang orang lain sehingga menciptakan hubungan interpersonal yang positif.

Penelitian yang dilakukan oleh Nurhayati & Prastuti (2020) menjelaskan bahwa empati memiliki pengaruh yang signifikan terhadap agresivitas. Salah satu komponen kognitif dari empati adalah pengambilan perspektif (Davis, 1980). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hosking & Walsh (2005) yakni faktor utama terjadinya agresivitas seseorang kepada pasangannya adalah karena kurangnya empati.

Brassard dkk. (2022) menjelaskan bahwa laki-laki dengan pengambilan perspektif yang lemah cenderung melakukan kekerasan emosional. Kemudian, laki-laki yang menjadi korban kekerasan seksual pada masa kanak-kanak lebih

cenderung menjadi pelaku kekerasan emosional dibandingkan laki-laki yang bukan korban. Hal tersebut menunjukkan bahwa trauma awal yang dialami dapat membuat seseorang lebih sulit untuk tidak mengucapkan kata-kata yang menyakitkan meskipun ia dapat memahami dampaknya terhadap pasangannya.

Penelitian yang dilakukan oleh Ramos dkk. (2017) menunjukkan bahwa pengambilan perspektif melemahkan hubungan antara agresi keluarga asal dan kekerasan digital dalam pasangan romantis. Pada tingkat yang ringan sekalipun, pengambilan perspektif dapat mengurangi dampak agresi keluarga asal. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Dodaj dkk. (2020) yakni pengambilan perspektif terbukti menjadi prediktor signifikan terhadap kekerasan yang dialami korban secara psikologis dalam pacaran.

Pada penelitian Lafontaine dkk. (2018), pengambilan perspektif memediasi hubungan antara kecemasan akan keterikatan dan kekerasan fisik pasangan intim. Menurut Urbayatun & Widhiarso (2012), variabel mediator adalah variabel yang memediasi atau menjadi perantara hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantung. Pengambilan perspektif sebagai mediator pada penelitian Lafontaine diartikan sebagai variabel yang menjadi perantara hubungan antara kecemasan akan keterikatan dan kekerasan fisik pasangan intim.

Dari latar belakang masalah yang sudah dijabarkan, penelitian kali ini akan berfokus pada pengaruh pengambilan perspektif terhadap kekerasan emosional dalam pacaran dari sisi korban. Terdapat perbedaan atau *research gap* pada penelitian ini dari penelitian terdahulu. Pada penelitian terdahulu, sudah ada yang meneliti hubungan dari pengambilan perspektif dengan kekerasan. Akan tetapi, belum ada penelitian yang menggunakan variabel pengambilan perspektif dan kekerasan emosional dari sisi korban.

Penelitian ini penting untuk dilakukan karena fenomena kekerasan emosional tidak terlihat secara kasat mata, tetapi memiliki dampak yang besar. Selain itu, adanya potensi seorang korban kekerasan emosional menjadi pelaku kekerasan emosional di kemudian harinya. Sebab itu, penulis tertarik untuk meneliti pengaruh pengambilan perspektif terhadap kekerasan emosional dalam pacaran dari sisi korban.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian yang sudah dipaparkan, maka didapatkan identifikasi masalah pada penelitian ini:

- a. Kekerasan emosional menjadi kekerasan yang paling banyak terjadi dalam pacaran.
- b. Pengalaman individu menjadi korban kekerasan emosional mempengaruhi individu menjadi pelaku kekerasan emosional.
- c. Pengambilan perspektif seseorang dapat mempengaruhi pandangannya dalam melakukan tindak kekerasan oleh orang lain.

1.3 Pembatasan Masalah

Setelah penjelasan mengenai identifikasi masalah, penulis merasa perlu memberikan batasan masalah agar membuahkan hasil yang jelas dan terfokus. Penelitian ini memiliki fokus pada pengaruh pengambilan perspektif terhadap kekerasan emosional dalam pacaran dari sisi korban.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah yang telah dirincikan, maka didapatkan rumusan masalah utama dalam penelitian ini yakni apakah pengambilan perspektif berpengaruh terhadap kekerasan emosional dalam pacaran dari sisi korban?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pengambilan perspektif terhadap kekerasan emosional dalam pacaran dari sisi korban.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Besar harapan penelitian ini bisa berkontribusi untuk ilmu pengetahuan, terlebih di dunia psikologi terkait pengaruh pengambilan perspektif terhadap kekerasan emosional dalam pacaran dari sisi korban.

1.6.2 Manfaat Praktis

- a. Untuk penelitian selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi acuan bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan pengambilan perspektif dan kekerasan emosional.
- b. Untuk masyarakat, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran dan informasi terkait pengaruh pengambilan perspektif terhadap kekerasan emosional dalam pacaran dari sisi korban.

