

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### 4.1 Gambaran Responden Penelitian

Penelitian ini dilakukan kepada remaja yang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran (kekerasan fisik, kekerasan psikologis, kekerasan seksual, kekerasan ekonomi, dan kekerasan pembatasan aktivitas). Responden yang didapatkan dari penelitian ini sebanyak 109 responden yang berdomisili di Jabodetabek. Gambaran responden pada penelitian ini berdasarkan jenis kelamin, usia, domisili, pendidikan terakhir atau yang sedang ditempuh saat ini, status hubungan dengan pasangan yang melakukan kekerasan, lama berpacaran, berapa kali kekerasan dialami, terakhir kali kekerasan dialami, dan jenis kekerasan yang dialami. Gambaran detail berdasarkan gambaran responden yang didapatkan adalah sebagai berikut.

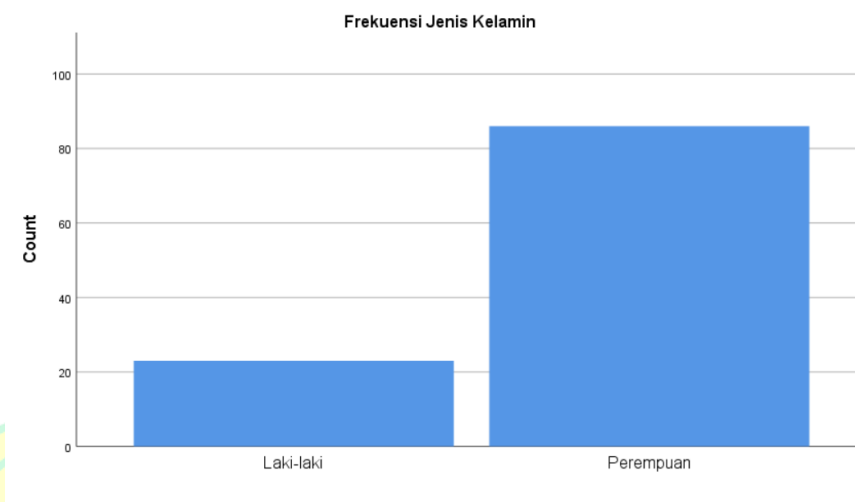
##### 4.1.1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Distribusi data responden berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel 4.1 berikut:

**Tabel 4.1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin**

<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
Laki-laki	23	21,1%
Perempuan	86	78,9%
<b>Total</b>	<b>109</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.1 yang disajikan di atas, terdapat 23 responden laki-laki (21,1%), sedangkan responden perempuan berjumlah 86 orang (70%). Data ini menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini adalah perempuan. Gambaran responden berdasarkan jenis kelamin juga dapat dilihat dalam diagram pada gambar berikut.



**Gambar 4.1 Diagram Responden Berdasarkan Jenis Kelamin**

#### 4.1.2 Gambaran Responden Berdasarkan Usia

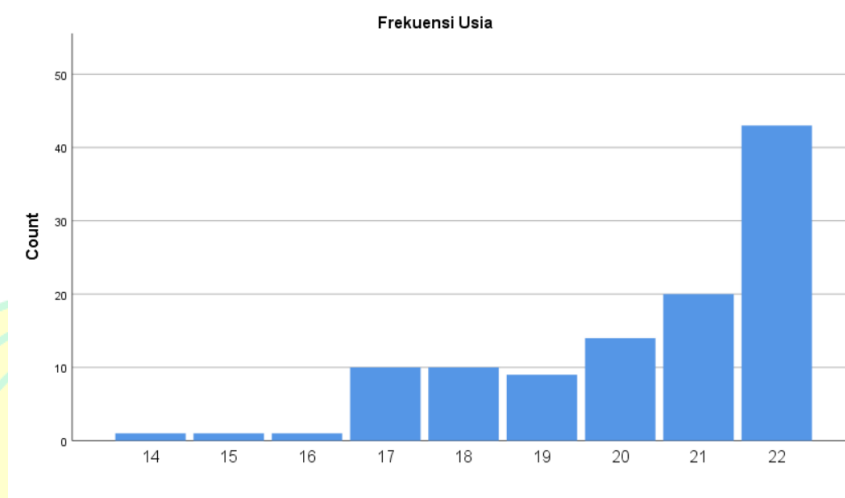
Distribusi data responden berdasarkan usia dapat dilihat pada tabel 4.2 berikut:

**Tabel 4.2 Gambaran Responden Berdasarkan Usia**

Usia	Frekuensi	Persentase
14	1	0,9%
15	1	0,9%
16	1	0,9%
17	10	9,2%
18	10	9,2%
19	9	8,3%
20	14	12,8%
21	20	18,3%
22	43	39,4%
<b>Total</b>	<b>109</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.2 yang disajikan di atas, terdapat 1 orang berusia 14 tahun (0,9%), 1 orang berusia 15 tahun (0,9%), 1 orang berusia 16 tahun (0,9%), 10 orang berusia 17 tahun (9,2%), 10 orang berusia 18 tahun (9,2%), 9 orang berusia 19 tahun (8,3%), 14 orang berusia 20 tahun (12,8%), 20 orang berusia 21 tahun (18,3%), dan 43 orang berusia 22 tahun (39,4%). Usia responden yang paling banyak yaitu usia 22 tahun dan yang paling sedikit yaitu usia 14, 15, dan

16 dengan masing-masing responden 1 orang. Gambaran responden berdasarkan jenis usia juga dapat dilihat dalam diagram pada gambar berikut.



**Gambar 4.2 Diagram Responden Berdasarkan Usia**

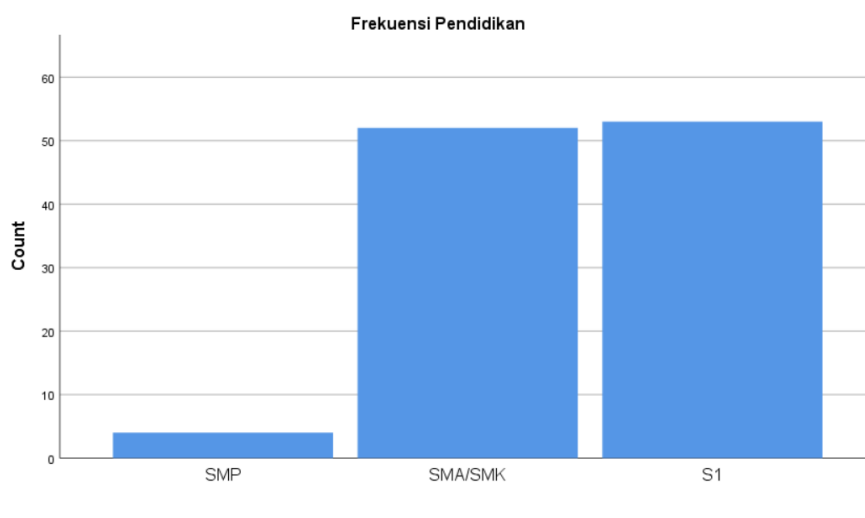
#### 4.1.3 Gambaran Responden Berdasarkan Pendidikan

Distribusi data responden berdasarkan pendidikan terakhir atau yang sedang ditempuh saat ini dapat dilihat pada tabel 4.3 berikut:

**Tabel 4.3 Gambaran Responden Berdasarkan Pendidikan**

Pendidikan	Frekuensi	Persentase
SMP	4	3,7%
SMA/SMK	52	47,7%
S1	53	48,6%
<b>Total</b>	<b>109</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.3 yang disajikan di atas, responden yang didapat tersebar ke dalam tiga jenjang pendidikan yaitu SMP, SMA/SMK, dan S1. Mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan terakhir atau yang sedang ditempuh saat ini pada jenjang S1 yaitu sebanyak 53 orang (48,6%), kemudian disusul jenjang pendidikan SMA/SMK yaitu sebanyak 52 orang (47,7%). Sementara itu, kelompok responden paling sedikit berada pada jenjang SMP dengan total 4 orang (3,7%). Selisih antara jenjang SMA/SMK dan S1 juga tidak berbeda jauh, hanya berbeda 1 responden saja. Gambaran responden berdasarkan pendidikan juga dapat dilihat dalam diagram pada gambar berikut.



**Gambar 4.3 Diagram Responden Berdasarkan Pendidikan**

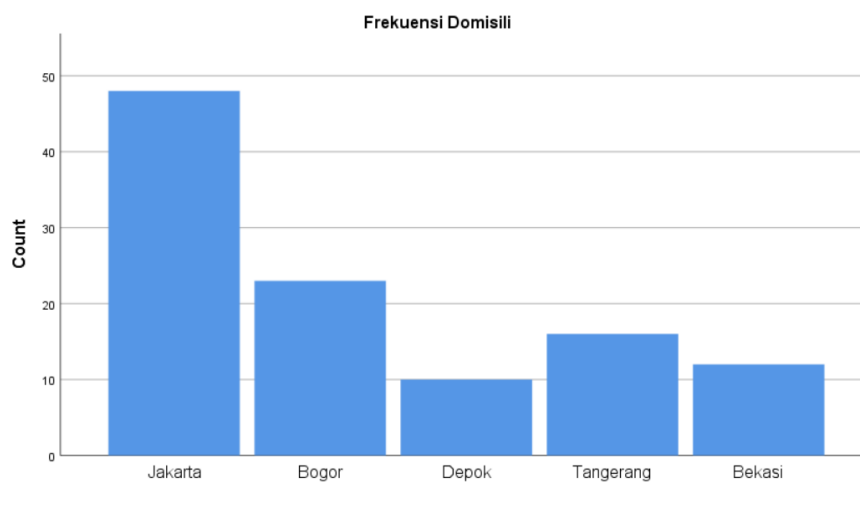
#### 4.1.4 Gambaran Responden Berdasarkan Domisili

Responden dalam penelitian ini hanya dalam lingkup Jabodetabek. Distribusi data responden berdasarkan domisili dapat dilihat pada tabel 4.4 berikut:

**Tabel 4.4 Gambaran Responden Berdasarkan Domisili**

Pendidikan	Frekuensi	Persentase
Jakarta	48	44%
Bogor	23	21,1%
Depok	10	9,2%
Tangerang	16	14,7%
Bekasi	12	11%
<b>Total</b>	<b>109</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.4 yang disajikan di atas, terdapat 48 orang yang berdomisili di Jakarta (44%), 23 orang berdomisili di Bogor (21,1%), 10 orang berdomisili di Depok (9,2%), 16 orang berdomisili di Tangerang (14,7%), dan 12 orang berdomisili di Bekasi (11%). Responden paling banyak berdomisili di Jakarta dan responden paling sedikit berdomisili di Depok. Gambaran responden berdasarkan domisili juga dapat dilihat dalam diagram pada gambar berikut.



**Gambar 4.4 Diagram Responden Berdasarkan Domisili**

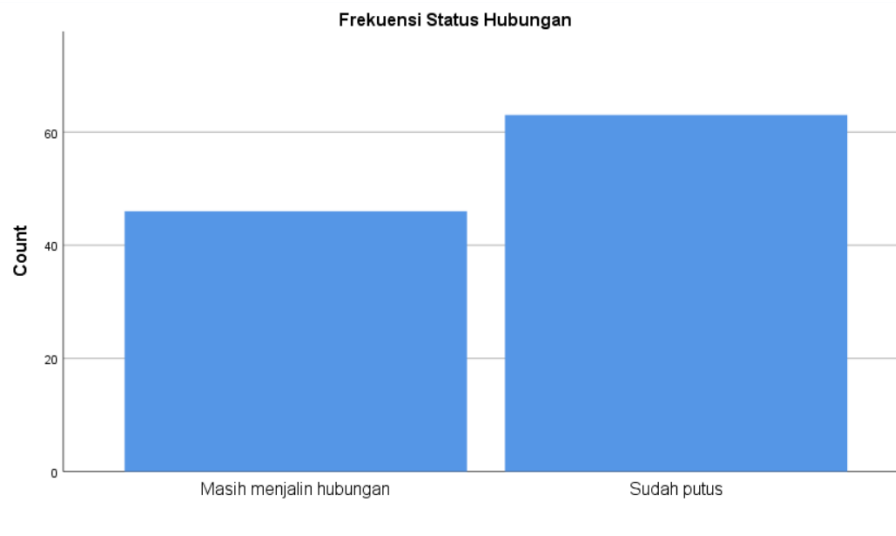
#### 4.1.5 Gambaran Responden Berdasarkan Status Hubungan

Reponden penelitian ini dibagi menjadi dua kelompok berdasarkan status hubungan dengan pelaku kekerasan yaitu responden yang masih menjalin hubungan dengan pelaku dan responden yang sudah tidak berhubungan dengan pelaku atau sudah putus. Distribusi data responden berdasarkan status hubungan dengan pelaku dapat dilihat pada tabel 4.5 berikut:

**Tabel 4.5 Gambaran Responden Berdasarkan Status Hubungan**

Status Hubungan	Frekuensi	Persentase
Masih menjalin hubungan	46	42,2%
Sudah putus	63	57,8%
<b>Total</b>	<b>109</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.5 yang disajikan di atas, terdapat 63 orang yang sudah tidak berhubungan dengan pelaku kekerasan atau sudah memutuskan hubungan (57,8%), akan tetapi masih banyak juga yang masih menjalani hubungan dengan pelaku kekerasan atau masih mempertahankan hubungannya sebanyak 46 orang (42,2%). Gambaran responden berdasarkan status hubungan dengan pelaku juga dapat dilihat dalam diagram pada gambar berikut.



**Gambar 4.5 Diagram Responden Berdasarkan Status Hubungan**

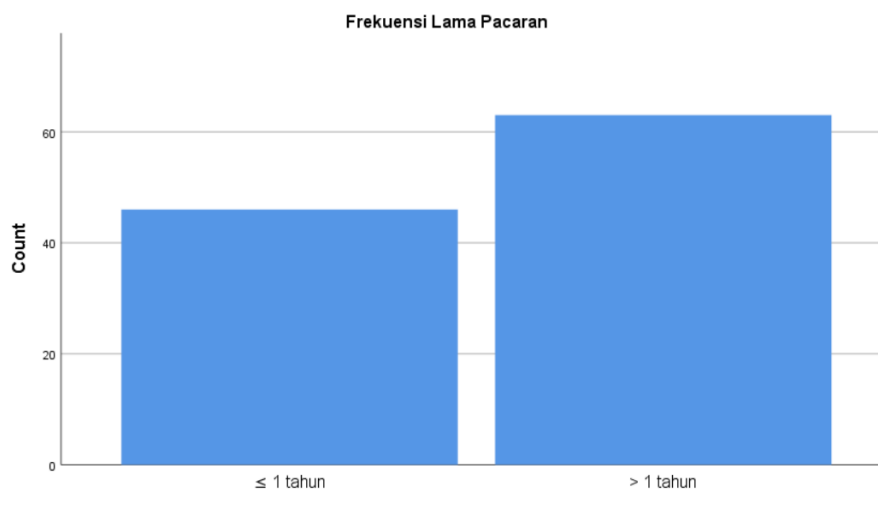
#### 4.1.6 Gambaran Responden Berdasarkan Lama Berpacaran

Responden berdasarkan lama berpacaran terbagi menjadi dua yaitu kurang dari atau sama dengan 1 tahun dan lebih dari 1 tahun. Distribusi data responden berdasarkan lama berpacaran dapat dilihat pada tabel 4.6 berikut:

**Tabel 4.6 Gambaran Responden Berdasarkan Lama Berpacaran**

Lama Berpacaran	Frekuensi	Persentase
$\leq 1$ tahun	46	42,2%
$> 1$ tahun	63	57,8%
<b>Total</b>	<b>109</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.6 yang disajikan di atas, mayoritas responden memiliki lama hubungan  $> 1$  tahun sebanyak 63 orang (57,8%), dan 46 orang memiliki lama hubungan  $\leq 1$  tahun (42,2%). Gambaran responden berdasarkan lama berpacaran juga dapat dilihat dalam diagram pada gambar berikut.



**Gambar 4.6 Diagram Responden Berdasarkan Lama Pacaran**

#### 4.1.7 Gambaran Responden Berdasarkan Intensitas Kekerasan

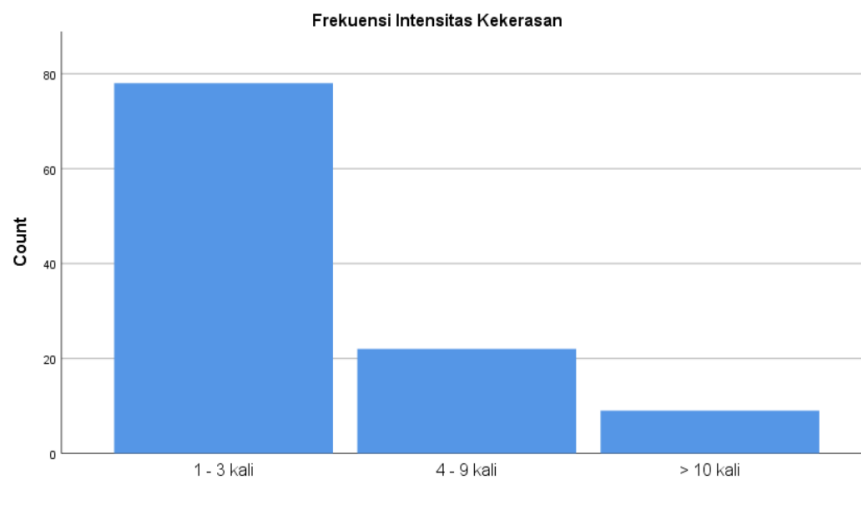
Distribusi data responden berdasarkan intensitas kekerasan dapat dilihat pada tabel 4.7 berikut:

**Tabel 4.7 Gambaran Responden Berdasarkan Intensitas Kekerasan**

Intensitas	Frekuensi	Persentase
1-3 kali	78	71,6%
4-9 kali	22	20,2%
> 10 kali	9	8,3%
<b>Total</b>	<b>109</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.7 yang disajikan di atas, sebagian besar orang sebanyak 78 orang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran sebanyak 1-3 kali (71,6%), 22 orang pernah mengalami kekerasan sebanyak 4-9 kali (20,2%), dan 9 orang pernah mengalami kekerasan sebanyak > 10 kali (8,3%). Gambaran responden berdasarkan intensitas kekerasan juga dapat dilihat dalam diagram pada gambar berikut.





**Gambar 4.7 Diagram Responden Berdasarkan Intensitas Kekerasan**

#### **4.1.8 Gambaran Responden Berdasarkan Terakhir Kali Kekerasan Dialami**

Distribusi data responden berdasarkan terakhir kali kekerasan dialami dapat dilihat pada tabel 4.8 berikut:

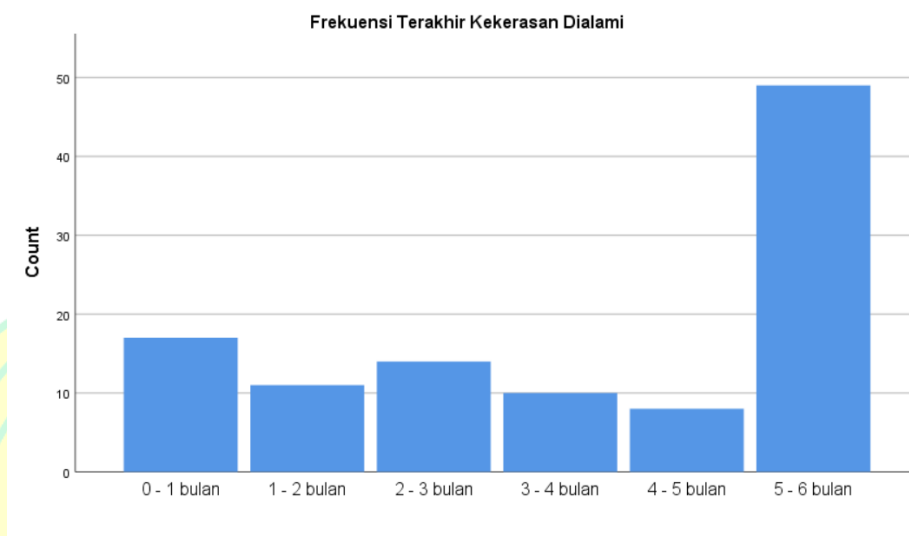
**Tabel 4.8 Gambaran Responden Berdasarkan Terakhir Kali Kekerasan Dialami**

<b>Frekuensi</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase</b>
0-1 bulan	17	15,6%
1-2 bulan	11	10,1%
2-3 bulan	14	12,8%
3-4 bulan	10	9,2%
4-5 bulan	8	7,3%
5-6 bulan	49	45%
<b>Total</b>	<b>109</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.8 yang disajikan di atas, terdapat 17 orang dengan jarak 0-1 bulan dari terakhir kali mengalami kekerasan (15,6%), 11 orang dengan jarak 1-2 bulan dari terakhir kali mengalami kekerasan (10,1%), 14 orang dengan jarak 2-3 bulan dari terakhir kali mengalami kekerasan (12,8%), 10 orang dengan jarak 3-4 bulan dari terakhir kali mengalami kekerasan (9,2%), 8 orang dengan jarak 4-5 bulan dari terakhir kali mengalami kekerasan (7,3%), dan 49 orang dengan jarak 5-6 bulan dari terakhir kali mengalami kekerasan (45%) dengan



pilihan terbanyak. Gambaran responden berdasarkan terakhir kali kekerasan dialami juga dapat dilihat dalam diagram pada gambar berikut.



**Gambar 4.8 Diagram Responden Berdasarkan Terakhir Kekerasan Dialami**

#### 4.1.9 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kekerasan yang Dialami

Distribusi data responden berdasarkan jenis kekerasan dialami dapat dilihat pada tabel 4.9 berikut:

**Tabel 4.9 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kekerasan yang Dialami**

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Kekerasan Fisik	19	17,4%
Kekerasan Psikologis	69	63,3%
Kekerasan Seksual	14	12,8%
Kekerasan Ekonomi	30	27,5%
Kekerasan Pembatasan Aktivitas	75	68,8%

Berdasarkan tabel 4.9 yang disajikan di atas, terdapat 19 orang yang pernah mengalami kekerasan fisik (17,4%), sebagian besar orang juga pernah mengalami kekerasan psikologis sebanyak 63,3%, sebanyak 14 orang pernah mengalami kekerasan seksual (12,8%), responden juga mengalami kekerasan ekonomi sebanyak 30 orang (27,5%), dan kekerasan pembatasan aktivitas dialami responden sebanyak 68,8%.

## 4.2 Prosedur Penelitian

### 4.2.1 Persiapan Penelitian

Langkah awal dalam penelitian ini adalah mencari fenomena yang akan dibawakan. Peneliti memutuskan untuk mengambil fenomena kekerasan dalam pacaran karena tingginya kasus kekerasan dalam pacaran yang dapat memberikan dampak negatif pada korban, baik secara fisik maupun psikologis. Setelah fenomena ini teridentifikasi, peneliti berdiskusi dengan dosen pembimbing untuk mendapatkan masukan dan bimbingan mengenai topik penelitian agar sesuai dengan standar akademik. Berdasarkan diskusi tersebut, dua variabel utama yang akan diteliti adalah *self-compassion* dan *help-seeking behavior*, yang dipilih karena diasumsikan memiliki hubungan signifikan dengan korban kekerasan dalam pacaran mengatasi dan mencari bantuan atas pengalaman mereka. Subjek penelitian ini adalah korban kekerasan dalam pacaran, yang dipilih untuk memastikan data yang diperoleh relevan dengan fenomena yang diteliti.

Selanjutnya, peneliti memperkuat latar belakang penelitian dengan melakukan tinjauan literatur, yang meliputi penelitian-penelitian terdahulu terkait *self-compassion*, *help-seeking behavior*, dan kekerasan dalam pacaran. Tinjauan ini bertujuan untuk memahami konteks penelitian dan menemukan celah penelitian yang dapat diisi. Setelah latar belakang penelitian, peneliti mencari alat ukur yang valid dan reliabel untuk mengukur *self-compassion* dan *help-seeking behavior*, berupa kuesioner atau skala yang sudah teruji dalam penelitian sebelumnya. Alat ukur yang dipakai variabel *self-compassion* yaitu *Self-Compassion Scale* oleh Neff (2003) dan variabel *Help-Seeking Behavior* yaitu *General Help-Seeking Questionnaire* oleh Rickwood, Deane, dan Wilson (2005).

Alat ukur yang akan dipakai kemudian dikonsultasikan kepada dosen pembimbing. Berdasarkan hal tersebut, untuk alat ukur *self-compassion*, peneliti memutuskan untuk melakukan modifikasi dari alat ukur yang telah diadaptasi oleh Sugianto, Suwartono, dan Suatanto (2020) guna menyesuaikan instrumen dengan konteks penelitian yaitu kekerasan dalam pacaran. Sedangkan untuk alat ukur *help-seeking behavior*, peneliti melakukan adopsi dari hasil adaptasi Salsabilah (2023). Setelah itu, peneliti melakukan *expert judgement* yang dilakukan oleh Ibu Ernita Zakiah, M.Psi dan Ibu Irma Rosalinda Lubis, S.Psi., M.Si, Psikolog, guna

memastikan bahwa alat ukur tersebut sesuai dengan konteks penelitian dan mampu mengukur variabel yang diteliti dengan akurat. Berdasarkan hasil *expert judgement*, dua item dalam alat ukur *self-compassion* dianggap tidak sesuai dengan konteks penelitian sehingga item tersebut dibuang. Setelah proses *expert judgement* selesai, peneliti melakukan uji coba terpakai dengan menyebarkan kuesioner kepada subjek penelitian melalui *google* formulir, untuk mempermudah pengumpulan data dan menjangkau lebih banyak responden.

#### **4.2.2 Pelaksanaan Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan dengan menyebarkan kuesioner melalui *google* formulir. Kuesioner tersebut disebarluaskan melalui media sosial dan dengan bantuan teman-teman peneliti yang memiliki kenalan sesuai kriteria penelitian. Selama periode tersebut, diperoleh 109 responden yang memenuhi kriteria penelitian. Hasil uji coba menunjukkan bahwa alat ukur yang digunakan beberapa memiliki validitas yang kurang baik sehingga beberapa item dibuang, akan tetapi reliabilitas dari kedua instrumen tersebut baik. Peneliti menggunakan data uji coba terpakai untuk melakukan analisis seperti uji analisis deskriptif, uji normalitas, uji linearitas, serta uji korelasi yang dipakai dalam penelitian ini.

#### **4.3 Hasil Analisis Data Penelitian**

Analisis data yang dilakukan oleh peneliti yaitu berupa analisis deskriptif, uji normalitas, uji linearitas, dan uji korelasi.

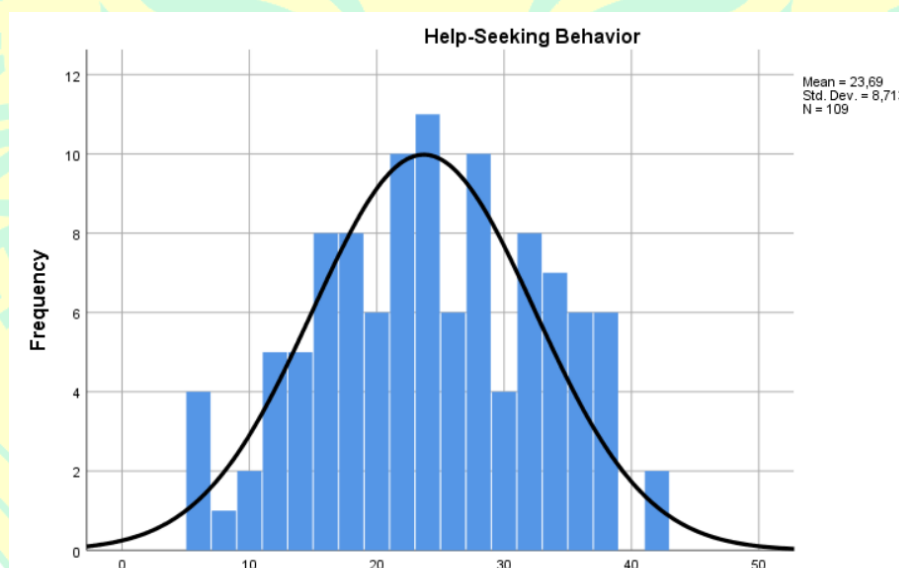
##### **4.3.1 Data Deskriptif *Help-Seeking Behavior***

Data deskriptif *help-seeking behavior* dianalisis menggunakan *software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)* versi 25.0 dengan 109 responden. Hasil analisis data deskriptif *help-seeking behavior* dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 4.10 Data Deskriptif *Help-Seeking Behavior***

Data Deskriptif	Nilai
Mean	23,69
Median	24
Modus	24
Standar Deviasi	8,713
Varians	75,920
<i>Range</i>	36
Minimum	6
Maksimum	42

Berdasarkan tabel 4.10 yang disajikan di atas, diketahui hasil analisis variabel *help-seeking behavior* memiliki nilai mean sebesar 23,69; nilai median sebesar 24; nilai modus atau nilai yang paling sering muncul sebesar 24; standar deviasi sebesar 8,713; nilai varians sebesar 75,920; *range* antara nilai terendah dan tertinggi sebesar 36; nilai minimum sebesar 6; dan nilai maksimum sebesar 42. Data deskriptif *help-seeking behavior* juga dapat dilihat dalam diagram pada gambar berikut.

**Gambar 4.9 Diagram Distribusi Data *Help-Seeking Behavior***

#### 4.3.1.1 Kategorisasi Skor *Help-Seeking Behavior*

Kategorisasi variabel *help-seeking behavior* dapat dibagi menjadi dua kategori skor, yaitu kategori dengan skor rendah dan kategori dengan skor tinggi. Kategorisasi skor dihitung menggunakan mean empirik sebagai berikut.

Tabel 4.11 Kategorisasi Skor *Help-Seeking Behavior*

Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 24$	60	55%
Tinggi	$X \geq 24$	49	45%
<b>Total</b>		<b>109</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan hasil kategorisasi skor untuk variabel *help-seeking behavior*, diketahui bahwa dari keseluruhan responden terdapat 60 orang memiliki tingkat *help-seeking behavior* yang rendah (55%) dan 49 orang lainnya memiliki tingkat *help-seeking behavior* yang tinggi (45%).

Menurut Disbato et al. (2018), rendahnya *help-seeking behavior* dapat terjadi jika individu kurang percaya pada tenaga kesehatan profesional, merasa malu untuk mengungkapkan masalah pribadi, atau kurangnya dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya.

#### 4.3.2 Data Deskriptif *Self-Compassion*

Data deskriptif *self-compassion* dianalisis menggunakan *software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)* versi 25.0 dengan 109 responden. Hasil analisis data deskriptif *self-compassion* dapat dilihat pada tabel berikut.

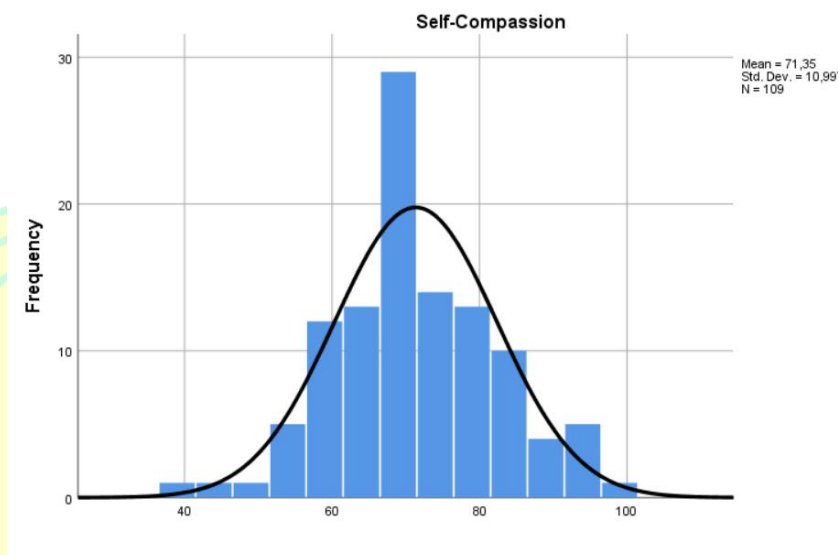
Tabel 4.12 Data Deskriptif *Self-Compassion*

Data Deskriptif	Nilai
Mean	71,35
Median	70
Modus	69
Standar Deviasi	10,997
Varians	120,933
Range	60
Minimum	39
Maksimum	99

Berdasarkan tabel 4.12 yang disajikan di atas, diketahui hasil analisis variabel *self-compassion* memiliki nilai mean sebesar 71,35; nilai median sebesar 70; nilai modus atau nilai yang paling sering muncul sebesar 69; standar deviasi sebesar 10,997; nilai varians sebesar 120,933; range antara nilai terendah dan



tertinggi sebesar 60; nilai minimum sebesar 39; dan nilai maksimum sebesar 99. Data deskriptif *self-compassion* juga dapat dilihat dalam diagram pada gambar berikut.



**Gambar 4.10** Diagram Distribusi Data *Self-Compassion*

#### 4.3.2.1 Kategorisasi Skor *Self-Compassion*

Kategorisasi variabel *self-compassion* dapat dibagi menjadi tiga kategori skor, yaitu kategori dengan skor rendah, kategori dengan skor sedang, dan kategori dengan skor tinggi. Kategorisasi skor dihitung menggunakan kategorisasi skor yang terdapat dalam alat ukur *self-compassion* dimana komponen negatif *self-compassion* akan di skor terbalik, rata-rata tiap komponen akan dihitung, kemudian dihitung rata-rata totalnya (*grand mean*) yang dapat dilihat sebagai berikut.

**Tabel 4.13** Kategorisasi Skor *Self-Compassion*

Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	1 – 2,5	9	8,3%
Sedang	2,5 – 3,5	78	71,6%
Tinggi	3,5 – 5	22	20,2%
<b>Total</b>		<b>109</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan hasil kategorisasi skor untuk variabel *self-compassion*, diketahui bahwa dari keseluruhan responden terdapat 9 orang memiliki tingkat *self-compassion* yang rendah (8,3%), 78 orang memiliki tingkat *self-compassion* yang sedang (71,6%), dan 22 orang lainnya memiliki tingkat *self-compassion* yang tinggi (20,2%).

Seseorang dengan *self-compassion* yang rendah cenderung menyalahkan diri sendiri, menolak dan mengkritik diri, merasa tidak layak mendapatkan kebaikan karena kegagalan yang dialami, merasa terisolasi dan sendirian dalam menghadapi masalah, serta terlalu berfokus pada emosi negatif yang dirasakan (Hidayati, 2018).

#### 4.3.2.2 Data Mean Komponen *Self-Compassion*

Mean dari setiap komponen didapatkan untuk melihat kategorisasi skor *self-compassion*. Berikut adalah data mean setiap komponen dari variabel *self-compassion*.

**Tabel 4.14 Data Mean Komponen *Self-Compassion***

Komponen	Mean	Kategori
<i>Self-kindness</i>	3,84	Tinggi
<i>Self-judgement</i>	2,68	Sedang
<i>Common humanity</i>	3,53	Tinggi
<i>Isolation</i>	2,27	Rendah
<i>Mindfulness</i>	3,54	Tinggi
<i>Over-identification</i>	2,78	Sedang

Berdasarkan tabel 4.14 yang disajikan di atas, diketahui bahwa mean tertinggi dari komponen *self-compassion* adalah *self-kindness* dengan mean 3,84 yang berada pada kategori tinggi. Sementara itu, mean terendah dari komponen *self-compassion* adalah *isolation* dengan mean 2,27.

#### 4.3.3 Data Demografis terhadap *Help-Seeking Behavior* Korban Kekerasan Dalam Pacaran

Berikut adalah beberapa hasil analisis terhadap data demografis antara variabel *help-seeking behavior* dengan beberapa data demografi responden.



Tabel 4.15 Data Jenis Kelamin terhadap *Help-Seeking Behavior*

Jenis Kelamin	<i>Help-Seeking Behavior</i>				Jumlah	
	Rendah		Tinggi		N	%
	N	%	N	%		
Laki-laki	14	60,9%	9	39,1%	23	100%
Perempuan	46	53,5%	40	46,5%	86	100%
<b>Jumlah</b>	<b>60</b>	<b>55%</b>	<b>49</b>	<b>45%</b>	<b>109</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.15 yang disajikan di atas, diketahui bahwa mayoritas laki-laki memiliki *help-seeking behavior* yang rendah (60,9%), sedangkan perempuan memiliki *help-seeking behavior* yang rendah (53,5%)

Tabel 4.16 Data Usia terhadap *Help-Seeking Behavior*

Usia	<i>Help-Seeking Behavior</i>				Jumlah	
	Rendah		Tinggi		N	%
	N	%	N	%		
14	1	100%	0	0%	1	100%
15	1	100%	0	0%	1	100%
16	1	100%	0	0%	1	100%
17	9	90%	1	10%	10	100%
18	5	50%	5	50%	10	100%
19	4	44,4%	5	55,6%	9	100%
20	7	50%	7	50%	14	100%
21	11	55%	9	45%	20	100%
22	21	48,8%	22	51,2%	43	100%
<b>Jumlah</b>	<b>60</b>	<b>55%</b>	<b>49</b>	<b>45%</b>	<b>109</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.16 yang disajikan di atas, diketahui bahwa responden dengan skor terbanyak yaitu 19 tahun (55,6%), 20 tahun (50%), dan 22 tahun (51,2%) memiliki *help-seeking behavior* yang tinggi. Sedangkan responden dengan skor terbanyak yang memiliki *help-seeking behavior* rendah berada pada usia 17 tahun (90%) dan 21 tahun (55%).

Tabel 4.17 Data Pendidikan terhadap *Help-Seeking Behavior*

Pendidikan	<i>Help-Seeking Behavior</i>				Jumlah	
	Rendah		Tinggi		N	%
	N	%	N	%		
SMP	4	100%	0	0%	4	100%
SMA/SMK	27	51,9%	25	48,1%	52	100%
S1	29	54,7%	24	45,3%	53	100%
<b>Jumlah</b>	<b>60</b>	<b>55%</b>	<b>49</b>	<b>45%</b>	<b>109</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.17 yang disajikan di atas, diketahui bahwa responden dengan tingkat pendidikan SMP (100%), SMA/SMK (51,9%), dan S1 (54,7%) memiliki *help-seeking behavior* yang rendah.

Tabel 4.18 Data Status Hubungan terhadap *Help-Seeking Behavior*

Status Hubungan	<i>Help-Seeking Behavior</i>				Jumlah	
	Rendah		Tinggi		N	%
	N	%	N	%		
Masih menjalin hubungan	19	41,3%	27	58,7%	46	100%
Sudah putus	41	65,1%	22	34,9%	63	100%
<b>Jumlah</b>	<b>60</b>	<b>55%</b>	<b>49</b>	<b>45%</b>	<b>109</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.18 yang disajikan di atas, diketahui bahwa mayoritas responden yang masih menjalin hubungan dengan pelaku kekerasan menunjukkan *help-seeking behavior* yang tinggi (58,7%), sedangkan responden yang sudah memutuskan hubungan dengan pelaku kekerasan, mayoritas menunjukkan *help-seeking behavior* yang rendah (65,1%).

Tabel 4.19 Data Lama Berpacaran terhadap *Help-Seeking Behavior*

Lama Berpacaran	<i>Help-Seeking Behavior</i>				Jumlah	
	Rendah		Tinggi		N	%
	N	%	N	%		
≤ 1 tahun	25	54,3%	21	45,7%	46	100%
> 1 tahun	35	55,6%	28	44,4%	63	100%
<b>Jumlah</b>	<b>60</b>	<b>55%</b>	<b>49</b>	<b>45%</b>	<b>109</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.19 yang disajikan di atas, diketahui bahwa responden dengan lama berpacaran ≤ 1 tahun memiliki *help-seeking behavior* yang rendah

(54,3%) dan responden dengan lama berpacaran > 1 tahun memiliki *help-seeking behavior* yang rendah (55,6%).

#### 4.3.4 Data Demografis terhadap *Self-Compassion* Korban Kekerasan Dalam Pacaran

Berikut adalah beberapa hasil analisis terhadap data demografis antara variabel *self-compassion* dengan beberapa data demografi responden.

**Tabel 4.20 Data Jenis Kelamin terhadap *Self-Compassion***

Jenis Kelamin	<i>Self-Compassion</i>						Jumlah	
	Rendah		Sedang		Tinggi		N	%
	N	%	N	%	N	%		
Laki-laki	1	4,3%	14	60,9%	8	34,8%	23	100%
Perempuan	8	9,3%	64	74,4%	14	16,3%	86	100%
<b>Jumlah</b>	<b>9</b>	<b>8,3%</b>	<b>78</b>	<b>71,6%</b>	<b>22</b>	<b>20,2%</b>	<b>109</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.20 yang disajikan di atas, diketahui bahwa mayoritas laki-laki memiliki *self-compassion* yang sedang (60,9%) dan perempuan dominan memiliki *self-compassion* yang sedang (74,4%).

**Tabel 4.21 Data Usia terhadap *Self-Compassion***

Usia	<i>Self-Compassion</i>						Jumlah	
	Rendah		Sedang		Tinggi		N	%
	N	%	N	%	N	%		
14	1	100%	0	0%	0	0%	1	100%
15	0	0%	1	100%	0	0%	1	100%
16	0	0%	0	0%	1	100%	1	100%
17	1	10%	7	70%	2	20%	10	100%
18	1	10%	8	80%	1	10%	10	100%
19	0	0%	6	66,7%	3	33,3%	9	100%
20	3	21,4%	10	71,4%	1	7,1%	14	100%
21	0	0%	18	90%	2	10%	20	100%
22	3	7%	28	65,1%	12	27,9%	43	100%
<b>Jumlah</b>	<b>9</b>	<b>8,3%</b>	<b>78</b>	<b>76,1%</b>	<b>22</b>	<b>20,2%</b>	<b>109</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.21 yang disajikan di atas, diketahui bahwa responden dalam penelitian di dominasi oleh usia 22 tahun dengan persentase *self-*

*compassion* yang rendah (7%), *self-compassion* yang sedang (65,1%), dan *self-compassion* yang tinggi (27,9%).

**Tabel 4.22 Data Pendidikan terhadap *Self-Compassion***

Pendidikan	<i>Self-Compassion</i>						Jumlah	
	Rendah		Sedang		Tinggi		N	%
	N	%	N	%	N	%		
SMP	1	25%	3	75%	0	0%	4	100%
SMA/SMK	4	7,7%	34	65,4%	14	26,9%	52	100%
S1	4	7,5%	41	77,4%	8	15,1%	53	100%
<b>Jumlah</b>	<b>9</b>	<b>8,3%</b>	<b>78</b>	<b>71,6%</b>	<b>22</b>	<b>20,2%</b>	<b>109</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.22 yang disajikan di atas, diketahui bahwa mayoritas responden dengan tingkat pendidikan SMP (75%), SMA/SMK (65,4%), dan S1 (77,4%) memiliki *self-compassion* yang sedang.

**Tabel 4.23 Data Status Hubungan terhadap *Self-Compassion***

Status Hubungan	<i>Self-Compassion</i>						Jumlah	
	Rendah		Sedang		Tinggi		N	%
	N	%	N	%	N	%		
Masih menjalin hubungan	2	4,3%	39	84,8%	5	10,9%	46	100%
Sudah putus	7	11,1%	39	61,9%	17	27%	63	100%
<b>Jumlah</b>	<b>9</b>	<b>8,3%</b>	<b>78</b>	<b>71,6%</b>	<b>22</b>	<b>20,2%</b>	<b>109</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.23 yang disajikan di atas, diketahui bahwa mayoritas responden yang masih menjalin hubungan dengan pelaku kekerasan menunjukkan *self-compassion* yang sedang (84,8%). Sementara itu, mayoritas responden yang sudah memutuskan hubungan dengan pelaku kekerasan, menunjukkan *self-compassion* yang sedang (61,9%).

**Tabel 4.24 Data Lama Berpacaran terhadap *Self-Compassion***

Lama Berpacaran	<i>Self-Compassion</i>						Jumlah	
	Rendah		Sedang		Tinggi		N	%
	N	%	N	%	N	%		
≤ 1 tahun	3	6,5%	28	60,9%	15	32,6%	46	100%
> 1 tahun	6	9,5%	50	79,4%	7	11,1%	63	100%
<b>Jumlah</b>	<b>9</b>	<b>8,3%</b>	<b>78</b>	<b>76,1%</b>	<b>22</b>	<b>20,2%</b>	<b>109</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.24 yang disajikan di atas, diketahui bahwa responden dengan lama berpacaran  $\leq 1$  tahun memiliki *self-compassion* sedang (60,9%). Sementara itu, responden dengan lama berpacaran  $> 1$  tahun memiliki *self-compassion* yang sedang (79,4%).

#### 4.3.5 Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk melihat apakah data penelitian terdistribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini, uji normalitas menggunakan asumsi *Central Limit Theorem* (CTL). Menurut Gujarati (2006), teori ini menyatakan bahwa jika ukuran sampel besar lebih dari 30 ( $n > 30$ ), maka distribusi sampel dianggap normal (Rahmadani et al., 2021). Oleh karena itu, meskipun hasil uji normalitas menunjukkan sebagian data tidak berdistribusi normal, dengan jumlah sampel sebanyak 109 ( $n > 30$ ), maka sesuai kaidah *Central Limit Theorem* dianggap berdistribusi normal.

#### 4.3.6 Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk melihat apakah hubungan antara kedua variabel bersifat linear atau tidak. Variabel penelitian dapat dianggap linear jika nilai signifikansi *deviation from linearity* lebih besar dari 0,05. Berikut adalah hasil dari uji linearitas.

**Tabel 4.25 Hasil Uji Linearitas**

Variabel	<i>p-deviation from linearity</i>	$\alpha$	Interpretasi
<i>Help-Seeking Behavior</i> <i>Self-Compassion</i>	0,337	0,05	Linear

Berdasarkan hasil uji linearitas, diketahui bahwa variabel *help-seeking behavior* dan *self-compassion* memiliki nilai signifikansi dari *deviation form linearity* sebesar 0,337. Artinya, nilai sig. (p-value)  $\geq 0,05$  yang menunjukkan bahwa kedua variabel yaitu *help-seeking behavior* dan *self-compassion* memiliki hubungan yang linear.



### 4.3.7 Uji Korelasi

Uji korelasi dilakukan untuk melihat apakah terdapat hubungan antara dua variabel yang sedang dianalisis. Uji korelasi mencakup besarnya koefisien korelasi dan arah korelasi antar kedua variabel. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pearson Correlation*. Jika nilai  $p \leq 0,05$ , maka kedua variabel dapat dikatakan memiliki korelasi.

**Tabel 4.26 Hasil Uji Korelasi**

Variabel	Koefisien Korelasi (r)	Sig. (p-Value)	$\alpha$	Interpretasi
<i>Help-Seeking Behavior</i> dan	0,121	0,211	0,05	Tidak Terdapat Hubungan
<i>Self-Compassion</i>	0,121	0,211	0,05	Tidak Terdapat Hubungan

Berdasarkan hasil uji korelasi, diketahui bahwa korelasi dari variabel *help-seeking behavior* dan *self-compassion* sebesar 0,211. Artinya, nilai sig. (p-value)  $\geq 0,05$  yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan korelasi antar kedua variabel yaitu *help-seeking behavior* dan *self-compassion*.

### 4.4 Pembahasan

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *self-compassion* terhadap *help-seeking behavior* pada remaja korban kekerasan dalam pacaran. Penelitian ini melibatkan 109 responden baik laki-laki atau perempuan korban kekerasan dalam pacaran. Berdasarkan hasil analisis korelasi, menunjukkan bahwa sig. (p-value)  $0,211 \geq 0,05$  yang artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-compassion* dengan *help-seeking behavior* pada remaja korban kekerasan dalam pacaran. Hal ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Min et al. (2022) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *self-compassion* dengan *help-seeking behavior*, dimana semakin tinggi *self-compassion* maka semakin tinggi pula *help-seeking behavior*. Serta penelitian Dschaak et al. (2021) yang menyatakan bahwa *self-compassion* dan *help-seeking behavior* memiliki hubungan yang signifikan,

dimana *self-compassion* meningkatkan peluang untuk melakukan *help-seeking behavior*.

Berdasarkan data penelitian, komponen utama *self-compassion* yang paling tinggi adalah *self-kindness*, yang merupakan kemampuan untuk memahami dan menerima diri sendiri saat menghadapi penderitaan atau kegagalan, tanpa kritik yang berlebihan (Neff, 2023). Individu yang memiliki *self-kindness* cenderung memberikan perawatan, kasih sayang, dan kebaikan kepada diri mereka sendiri, tanpa banyak mengkritik ketika mereka mengalami suatu kesulitan atau kegagalan yang sedang dialami. Komponen *common humanity* yaitu menyadari bahwa kegagalan dan penderitaan adalah bagian dari pengalaman manusia, dan *mindfulness* yaitu melihat sesuatu secara objektif yang dalam penelitian ini juga dalam kategori tinggi. Hal ini bisa meningkatkan *self-compassion* dalam diri mereka yang akan membawanya kepada *help-seeking behavior*.

Sementara itu, komponen kebalikan dari komponen utama *self-compassion* yaitu *self-judgement* berada pada kategori sedang dimana cenderung merendahkan dan mengkritik diri sendiri secara berlebihan yang dapat menurunkan keinginan mencari bantuan, serta *over-identification* berada pada kategori sedang dimana individu cenderung untuk terpaku pada semua kesalahan yang mereka lakukan serta tenggelam dalam emosi negatif membuat mereka merasa kewalahan dan kurang mampu untuk mencari bantuan. Selain itu, *isolation* berada pada kategori rendah, dimana individu menyadari bahwa penderitaan adalah pengalaman manusia yang umum yang dapat mendukung *help-seeking behavior*. Komponen *self-judgement* dan *over-identification* yang sedang bisa mengalahkan efek positif dari rendahnya *isolation*. *Self-judgement* dapat membuat individu merasa tidak layak atau malu untuk mencari bantuan, sementara *over-identification* dapat membuat mereka merasa terlalu tenggelam dalam masalah mereka untuk mencari solusi. Hal ini dapat menjadi faktor walaupun *self-compassion* secara keseluruhan dari individu baik, apabila *self-judgement* dan *over-identification* berada pada kategori sedang maka hal tersebut tidak membuatnya cenderung untuk melaporkan atau menceritakan pengalaman yang dialaminya kepada orang lain, dalam konteks ini adalah kekerasan dalam pacaran. Hasil penelitian dalam



komponen *self-compassion* menunjukkan faktor mengapa *self-compassion* terhadap *help-seeking* tidak memiliki pengaruh.

Penyebab dari hasil tersebut kemungkinan juga bisa disebabkan oleh faktor-faktor yang tidak diselidiki dalam penelitian ini, seperti stigma dari dalam individu. Stigma memainkan peran penting dalam keputusan individu untuk mencari bantuan atau tidak. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Heath et al. (2018), yang menunjukkan bahwa *self-compassion* dapat mengurangi stigma terkait perilaku mencari bantuan. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa *self-compassion* berhubungan dengan stigma, yang merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *help-seeking behavior*.

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden menunjukkan tingkat *help-seeking behavior* yang rendah (55%). Selain itu, dalam variabel *self-compassion*, individu dominan memiliki *self-compassion* yang sedang (71,6%). Dengan demikian, penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar korban kekerasan dalam pacaran memiliki tingkat *self-compassion* yang tinggi dan tidak aktif melakukan *help-seeking behavior*. Meskipun individu mengalami kekerasan, *self-compassion* yang sedang belum mendorong mereka untuk mencari bantuan, sehingga kebanyakan responden membiarkan situasi yang mereka alami dari pacar mereka. Hal ini menyebabkan hubungan antar *self-compassion* dengan *help-seeking behavior* tidak signifikan. Dalam penelitian Mackintos et al. (2018), individu dengan tingkat *self-compassion* yang sedang cenderung memiliki harga diri yang lebih tinggi serta lebih mampu menerima kesalahan dan kekurangan diri. Remaja korban kekerasan dalam pacaran dan memiliki *self-compassion* akan lebih mudah mengelola emosi dan menunjukkan kasih sayang kepada diri sendiri, sehingga mempermudah mereka dalam mencari bantuan. Sedangkan individu dengan *help-seeking behavior* yang rendah karena individu kurang percaya pada tenaga kesehatan profesional, merasa malu untuk mengungkapkan masalah pribadi, atau kurangnya dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya (Disabato et al., 2018).

Berdasarkan demografi jenis kelamin, perempuan memiliki *help-seeking behavior* yang lebih baik dibandingkan laki-laki. Hal ini disebabkan oleh kemampuan perempuan yang lebih luas secara emosional dan psikologis, di mana

mereka cenderung lebih terbuka untuk mengakui adanya masalah psikologis dan kebutuhan akan dukungan dibandingkan laki-laki (Mackenzie et al., 2006). Dalam *self-compassion*, perempuan juga memiliki *self-compassion* yang baik daripada laki-laki. Hal ini sejalan dengan penelitian Neff et al. (2007) yang menemukan bahwa perempuan memiliki tingkat *self-compassion* yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Dari hasil tabulasi silang juga mendukung penelitian yang telah dilakukan dimana perempuan memiliki *help-seeking behavior* dan *self-compassion* yang lebih tinggi daripada laki-laki.

Pada penelitian ini, analisis tabulasi silang antara data *self-compassion* dan usia responden menunjukkan bahwa semakin tua usia responden, maka *self-compassion* cenderung semakin tinggi. Temuan ini konsisten dengan pandangan Neff (2003) yang menyatakan bahwa usia yang lebih muda sering kali terkait dengan tingkat *self-compassion* yang lebih rendah. Hal ini juga sejalan dengan penelitian lain yang menemukan bahwa usia memprediksi *help-seeking behavior*, dengan responden yang lebih muda cenderung memiliki sikap kurang baik terhadap layanan kesehatan jiwa (Gonzalez et al., 2011). Dalam penelitian ini, semakin tinggi usia maka semakin tinggi *help-seeking behavior* yang terlihat.

Selain itu, peneliti menemukan bahwa dalam pendidikan dari korban kekerasan mayoritas memiliki *self-compassion* yang sedang, baik dari responden yang sedang menduduki jenjang SMP, SMA/SMK, ataupun S1. Pada variabel *help-seeking behavior*, tingkat pendidikan mempengaruhi perilaku *help-seeking* dimana pada jenjang SMA/SMK dan S1 memiliki *help-seeking behavior* yang rendah. Hal ini berbanding terbalik dengan pendapat Anggara (dalam Renggani & Widiasavitri, 2018) menyatakan bahwa semakin tinggi jenjang pendidikan yang dimiliki individu, maka akan semakin besar pengaruhnya dalam membantu individu mencari solusi terhadap masalah dibandingkan dengan individu yang memiliki jenjang pendidikan lebih rendah.

Berdasarkan lama berpacaran, peneliti menemukan bahwa semakin lama berpacaran dengan pasangan yang melakukan kekerasan berdampak pada rendahnya *self-compassion* yang mayoritas berada pada kategori sedang dan *help-seeking behavior* yang rendah. Temuan ini mungkin disebabkan oleh kecenderungan korban kekerasan untuk menghindari ketakutan dengan membuat

rasionalisasi atas perilaku kekerasan yang dilakukan oleh pasangan (Boethius & Åkerström, 2020). Menurut Straus, (2004) kekerasan dalam hubungan pacaran sering terjadi pada hubungan yang berlangsung lebih dari satu tahun karena kompleksitas masalah yang meningkat seiring waktu, yang dapat meningkatkan risiko terjadinya kekerasan dalam pacaran jika tidak ditangani dengan baik.

Dilihat berdasarkan status hubungan, baik responden yang masih menjalin hubungan (84,8%) maupun yang sudah putus (61,9%), secara keseluruhan menunjukkan skor *self-compassion* yang sedang. Namun, perbandingan jumlah antara kedua kelompok tidak berbeda signifikan. Hasil tersebut dapat mengindikasikan dua hal berikut. Pertama, kehadiran *self-compassion* menjadi prediktor bagi korban kekerasan dalam pacaran untuk keluar dari lingkaran kekerasan. Hal ini adalah ciri khas individu dengan tingkat *self-compassion* yang lebih tinggi, di mana mereka cenderung terlibat dalam perilaku sehat dan melakukan strategi koping yang berfokus pada penyelesaian masalah untuk meningkatkan kesejahteraan diri (Allen & Leary, 2010). Kedua, trauma yang masih dirasakan meskipun hubungan telah berakhir juga dapat memprediksi rendahnya *self-compassion*. Pengalaman trauma ini membuat korban kekerasan cenderung mengkritik diri secara negatif, merasa malu dan bersalah atas pengalaman mereka, serta terfokus pada emosi negatif (Neff, 2009).

Berdasarkan temuan di atas, maka hipotesis pada penelitian ini yaitu hipotesis nol diterima ( $H_0$ ) dan hipotesis alternatif ditolak ( $H_a$ ) yang artinya tidak terdapat pengaruh *self-compassion* terhadap *help-seeking behavior* pada remaja korban kekerasan dalam pacaran. Namun, tidak menutup kemungkinan masih ada faktor lain yang dapat memengaruhi salah satu variabel penelitian ini baik *self-compassion* maupun *help-seeking behavior* pada remaja korban kekerasan dalam pacaran.

#### **4.5 Keterbatasan Penelitian**

Hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya tidak lepas dari adanya keterbatasan-keterbatasan tertentu dalam pelaksanaan penelitian. Beberapa keterbatasan yang ada dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

- a. Responden penelitian kurang tersebar rata pada kelompok usia remaja yang sudah ditentukan sehingga hanya beberapa kelompok usia yang memenuhi kriteria yang diberikan.
- b. Jumlah responden yang terlibat dalam penelitian ini masih relatif sedikit dibandingkan dengan jumlah korban kekerasan dalam pacaran yang tercatat di lembaga pemerintah. Hal ini menyebabkan data yang didapat kurang representatif untuk mewakili seluruh karakteristik korban kekerasan dalam pacaran.
- c. Pada penelitian dalam data demografi tidak menanyakan terkait dengan penghasilan dan pertanyaan tambahan pada variabel *help-seeking behavior* seperti kemudahan akses mencari bantuan untuk memperkuat mengapa antar variabel tidak memiliki pengaruh.
- d. *Screening* responden pada penelitian ini belum dilakukan dengan ketat sehingga data responden mungkin tidak sepenuhnya akurat atau representatif.

