

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Kekerasan berbasis gender merupakan permasalahan sosial yang masih kerap terjadi di Indonesia. Kekerasan berbasis gender merujuk pada tindakan kekerasan yang terjadi akibat ketimpangan relasi kuasa berbasis gender dalam masyarakat (Hamdy & Hudri, 2022). Meskipun dapat dialami oleh laki-laki maupun perempuan, perempuan masih menjadi kelompok yang paling rentan mengalami kekerasan dalam berbagai konteks kehidupan berdasarkan data Catatan Tahunan Komnas Perempuan.

Berdasarkan CATAHU Komnas Perempuan (2025), tercatat 376.529 kasus kekerasan terhadap perempuan sepanjang tahun 2025 yang dihimpun dari pengaduan yang disampaikan ke Komnas Perempuan, pengadilan agama, serta institusi penegak hukum. Angka ini menunjukkan peningkatan sebesar 14,07% dari jumlah kasus tahun sebelumnya. Data tersebut menunjukkan bahwa kekerasan terhadap perempuan masih menjadi permasalahan yang serius di Indonesia dan terjadi dalam berbagai konteks kehidupan.

Kekerasan terhadap perempuan dapat terjadi dalam berbagai ranah, yaitu ranah personal, komunitas, maupun ranah negara. Di antara ketiga ranah tersebut, ranah personal mencatat jumlah kasus tertinggi dengan 337.961 kasus atau 89,76% dari keseluruhan kasus yang dilaporkan. Pada ranah ini, pelaku umumnya merupakan individu yang memiliki hubungan dekat dengan korban, seperti pasangan, mantan pasangan, atau anggota keluarga (Komnas Perempuan, 2026). Salah satu bentuk kekerasan pada ranah personal yang banyak terjadi ialah kekerasan dalam pacaran (*dating violence*), yaitu perilaku yang dilakukan secara sengaja untuk menyakiti pasangan dalam hubungan romantis yang meliputi kekerasan fisik, psikologis, seksual, serta perilaku kontrol dan intimidasi terhadap pasangan (Courtain & Glowacz dalam Kerinina & Kusristanti, 2023).

Fenomena kekerasan dalam pacaran di Indonesia menunjukkan angka yang cukup mengkhawatirkan. Berdasarkan data Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA), tercatat sebanyak 5.684 kasus

kekerasan terhadap perempuan dilakukan oleh pacar atau pasangan non-pernikahan pada tahun 2025. Data tersebut menunjukkan bahwa kekerasan dalam hubungan romantis adalah permasalahan yang nyata dan berpotensi menimbulkan dampak serius bagi perempuan sebagai korban.

Hubungan pacaran sendiri merupakan hubungan romantis antara dua individu yang ditandai dengan adanya kedekatan emosional, ketertarikan, serta komitmen interpersonal sebelum memasuki tahap pernikahan. Dalam hubungan ini, individu biasanya mulai mengeksplorasi kedekatan emosional, membangun kepercayaan, serta mengembangkan hubungan interpersonal yang lebih intim (Ngelo & Tjahjono, 2024). Dinamika hubungan yang tidak sehat dapat memunculkan perilaku kekerasan dalam hubungan tersebut. Kekerasan dalam pacaran dapat muncul dalam berbagai bentuk, seperti kekerasan fisik, psikologis atau emosional, kekerasan seksual, serta perilaku kontrol yang bertujuan untuk mendominasi pasangan (Tisyara & Valentina, 2024).

Berdasarkan Catatan Tahunan (CATAHU) Komnas Perempuan (2025), kekerasan seksual merupakan bentuk kekerasan yang paling banyak dilaporkan, yaitu sebanyak 22.848 kasus. Selain itu, tercatat 15.727 kasus kekerasan psikologis, 14.126 kasus kekerasan fisik, dan 5.942 kasus kekerasan ekonomi. Pada ranah personal, kekerasan psikologis mencapai 2.315 kasus. Data tersebut menunjukkan bahwa kekerasan psikologis masih menjadi salah satu bentuk kekerasan yang banyak dialami perempuan dalam hubungan personal.

Kekerasan psikologis merupakan bentuk kekerasan nonfisik yang ditandai oleh pola perilaku emosional maupun verbal, seperti penghinaan, manipulasi emosional, serta perilaku mengontrol dan memaksa pasangan (McLindon et al., 2025). Kekerasan psikologis juga menjadi bentuk kekerasan yang relatif sulit dikenali dibandingkan bentuk kekerasan lainnya karena sering kali muncul dalam bentuk perilaku yang bersifat halus (*subtle*) dan berulang, seperti penghinaan, perilaku mengontrol, isolasi, maupun manipulasi emosional sehingga tidak selalu disadari sebagai bentuk kekerasan oleh korban.

Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Ayu et al. (2025) yang menunjukkan bahwa normalisasi perilaku tidak sehat dalam hubungan pacaran berkontribusi terhadap tingginya prevalensi kekerasan psikologis pada remaja dan

dewasa muda. Widiyanti et al. (2025) juga menemukan bahwa bentuk kekerasan yang paling sering dialami mahasiswa meliputi kekerasan verbal, kecemburuan yang berlebihan, dan perilaku kontrol pasangan. Hasil tersebut diperkuat oleh Tisyara dan Valentina (2024), yang menyatakan bahwa kekerasan emosional dan perilaku kontrol merupakan bentuk kekerasan yang paling umum terjadi dalam hubungan pacaran.

Kekerasan dalam pacaran dapat dialami oleh individu dari berbagai kelompok usia. Meskipun demikian, penelitian menunjukkan bahwa kekerasan dalam pacaran lebih banyak ditemukan pada individu yang berada pada fase *emerging adulthood* (Widiyanti et al., 2025). Pada fase ini, hubungan romantis menjadi salah satu aspek perkembangan yang penting sehingga pengalaman dalam hubungan memiliki pengaruh yang besar terhadap perkembangan psikologis individu.

Arnett (2000) mendefinisikan *emerging adulthood* sebagai periode perkembangan yang berlangsung pada rentang usia 18 - 25 tahun. Periode ini berada di antara masa remaja dan dewasa, ketika individu telah meninggalkan ketergantungan pada masa remaja, tetapi belum sepenuhnya memasuki tanggung jawab yang menetap sebagai orang dewasa. Pada fase ini, individu mengeksplorasi berbagai kemungkinan dalam kehidupan, terutama yang berkaitan dengan hubungan romantis, pekerjaan, dan pandangan hidup.

Dalam aspek hubungan romantis, eksplorasi yang dilakukan pada fase *emerging adulthood* cenderung lebih serius dibandingkan pada masa remaja. Hubungan romantis tidak lagi sekadar menjadi sarana rekreasi atau interaksi sosial, tetapi mulai diarahkan untuk mengeksplorasi kecocokan pasangan, membangun keintiman emosional, serta mempertimbangkan komitmen jangka panjang. Oleh karena itu, pengalaman positif maupun negatif dalam hubungan romantis berpotensi memberikan pengaruh yang lebih besar terhadap perkembangan psikologis individu (Arnett, 2000).

Penelitian ini memfokuskan pada wanita karena penelitian yang dilakukan oleh Rønning et al., 2025 menunjukkan bahwa wanita diketahui memiliki kemungkinan sekitar dua kali lebih besar mengalami *post-traumatic stress disorder* (PTSD) setelah trauma serta menunjukkan tingkat keparahan gejala PTSD yang

lebih tinggi pada fase awal pascatrauma dibandingkan laki-laki. Selain itu, *systematic review* dan meta-analisis oleh Dokkedahl et al. (2022) menunjukkan bahwa kekerasan psikologis memiliki hubungan yang kuat dengan PTSD, depresi, dan kecemasan, serta mendukung bahwa kekerasan psikologis merupakan pengalaman traumatis (*traumatic experience*).

Kekerasan psikologis dalam hubungan pacaran dapat dipandang sebagai pengalaman traumatis. *Systematic review* dan meta-analisis oleh Dokkedahl et al. (2022) menunjukkan bahwa kekerasan psikologis memiliki hubungan yang kuat dengan *post-traumatic stress disorder* (PTSD), depresi, dan kecemasan, dengan hubungan yang paling kuat ditemukan pada PTSD. Temuan tersebut mendukung bahwa kekerasan psikologis merupakan pengalaman traumatis yang berkaitan erat dengan berbagai permasalahan kesehatan mental, khususnya gejala trauma. Pengalaman kekerasan psikologis dalam pacaran tidak hanya berpotensi menimbulkan dampak negatif, tetapi juga menjadi pengalaman traumatis.

Meskipun demikian, tidak semua korban menunjukkan respons psikologis yang sama setelah mengalami peristiwa traumatis. Sebagian individu mampu beradaptasi dengan pengalaman tersebut dan menunjukkan perubahan psikologis yang positif. Bryngeirsdottir dan Halldorsdottir (2022) menemukan bahwa wanita yang pernah mengalami kekerasan dalam hubungan intim dapat mengembangkan kekuatan diri, menemukan makna baru dalam kehidupan, serta membangun identitas diri yang lebih positif setelah berhasil menghadapi pengalaman traumatis.

Perubahan psikologis ke arah perkembangan yang terjadi setelah individu berjuang menghadapi pengalaman traumatis dikenal sebagai *post-traumatic growth*. Tedeschi dan Calhoun (2004) mendefinisikan *post-traumatic growth* sebagai perubahan psikologis ke arah perkembangan yang terjadi sebagai hasil dari perjuangan individu dalam menghadapi peristiwa yang sangat menantang atau traumatis. Perubahan tersebut tidak muncul karena peristiwa traumatis itu sendiri, melainkan melalui proses refleksi, pemaknaan, dan rekonstruksi terhadap pengalaman yang dialami individu. Dengan demikian, pengalaman traumatis tidak selalu berakhir pada dampak negatif, tetapi juga dapat menjadi titik awal munculnya perkembangan psikologis yang positif.

Post-traumatic growth tidak muncul secara otomatis pada setiap individu yang mengalami pengalaman traumatis, melainkan berkembang melalui proses psikologis yang melibatkan kemampuan individu dalam menghadapi, mengelola, dan memaknai pengalaman tersebut (Platte et al., 2022). Salah satu faktor yang berperan dalam proses tersebut adalah resiliensi sebagai sumber daya psikologis yang membantu individu menghadapi tekanan secara lebih adaptif (Dong et al., 2024). Individu yang memiliki tingkat resiliensi lebih tinggi cenderung mampu menggunakan strategi koping yang lebih efektif sehingga lebih memungkinkan untuk mengolah pengalaman traumatis menjadi pengalaman yang bermakna (Platte et al., 2022).

Connor dan Davidson (2003) mendefinisikan resiliensi sebagai kualitas personal yang memungkinkan individu untuk berkembang ketika menghadapi kesulitan. Resiliensi juga dipandang sebagai kemampuan individu dalam mengatasi stres sehingga individu yang resilien tidak hanya mampu bertahan dari tekanan, tetapi juga mampu beradaptasi secara optimal terhadap perubahan yang ditimbulkan oleh pengalaman tersebut. Connor dan Davidson juga menjelaskan bahwa resiliensi bersifat dinamis dan dapat berkembang seiring dengan proses adaptasi individu dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan.

Penelitian sebelumnya menunjukkan adanya keterkaitan antara resiliensi dan *post-traumatic growth* pada individu yang mengalami pengalaman traumatis. Deliviana (2021) menemukan bahwa resiliensi berkaitan dengan munculnya *post-traumatic growth* pada mahasiswa korban kekerasan dalam pacaran. Penelitian Marita dan Rahmasari (2021) juga menunjukkan bahwa wanita yang memiliki tingkat resiliensi lebih tinggi cenderung mampu mengembangkan makna baru terhadap pengalaman kekerasan yang dialaminya. Selain itu, Putu dan Budisetyani (2023) melaporkan bahwa resiliensi membantu korban kekerasan dalam hubungan romantis mengatasi dampak psikologis serta beradaptasi secara lebih efektif setelah mengalami pengalaman yang menyakitkan.

Meskipun demikian, penelitian mengenai peran resiliensi terhadap *post-traumatic growth* pada korban kekerasan dalam pacaran masih memiliki beberapa keterbatasan. Sebagian besar penelitian sebelumnya dilakukan pada populasi korban trauma secara umum atau belum secara spesifik menyoroti wanita usia

emerging adulthood yang mengalami kekerasan psikologis dalam pacaran. Selain itu, penelitian yang mengkaji bagaimana resiliensi berperan dalam mendorong munculnya perubahan psikologis ke arah perkembangan setelah pengalaman kekerasan psikologis dalam konteks Indonesia juga masih relatif terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk menganalisis pengaruh resiliensi terhadap *post-traumatic growth* pada wanita usia *emerging adulthood* korban kekerasan psikologis dalam pacaran di Indonesia.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka identifikasi masalah dari penelitian ini yaitu:

- a) Kekerasan berbasis gender terhadap wanita masih menjadi permasalahan yang signifikan di Indonesia, dengan kekerasan paling banyak terjadi dalam bentuk kekerasan dalam pacaran (*dating violence*).
- b) Kekerasan dalam pacaran, khususnya dalam bentuk kekerasan psikologis yang merupakan salah satu bentuk yang paling sering terjadi. Kekerasan ini banyak dialami oleh wanita pada usia *emerging adulthood* dan menyebabkan berbagai dampak psikologis negatif, seperti kecemasan, trauma, depresi, serta gangguan dalam fungsi psikologis individu.
- c) Meskipun demikian, tidak semua korban hanya mengalami dampak negatif, karena dalam kondisi tertentu individu juga berpotensi mengalami perubahan psikologis yang mengarah pada perkembangan diri (*post-traumatic growth*).
- d) Kemunculan *post-traumatic growth* pada korban kekerasan dalam pacaran tidak terjadi secara otomatis, melainkan dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam menghadapi dan mengelola pengalaman traumatis, salah satunya melalui resiliensi.

1.3 Pembatasan Masalah

Batasan masalah dalam penelitian ini yaitu penelitian ini mengkaji pengaruh resiliensi terhadap *post-traumatic growth* pada wanita usia *emerging adulthood* korban kekerasan psikologis dalam pacaran, sebagai upaya untuk memahami bagaimana kemampuan individu dalam bertahan dan beradaptasi terhadap pengalaman traumatis dapat berkaitan dengan perubahan psikologis yang mengarah pada perkembangan diri pada wanita usia *emerging adulthood* korban kekerasan psikologis dalam pacaran.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah yang dijabarkan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: “apakah terdapat pengaruh resiliensi terhadap *post-traumatic growth* pada wanita usia *emerging adulthood* korban kekerasan psikologis dalam pacaran?”

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada dan seberapa berpengaruh resiliensi terhadap *post-traumatic growth* pada wanita usia *emerging adulthood* korban kekerasan psikologis dalam pacaran.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi klinis dan psikologi perkembangan, dengan memperkaya kajian mengenai dinamika psikologis korban kekerasan psikologis dalam hubungan pacaran. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi ilmiah mengenai pengaruh resiliensi terhadap *post-traumatic growth* pada wanita usia *emerging adulthood* korban kekerasan psikologis dalam pacaran.

1.6.2 Manfaat Praktis

- a) Bagi wanita korban kekerasan psikologis dalam pacaran

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mengenai pentingnya kemampuan resiliensi dalam menghadapi pengalaman traumatis serta membantu individu untuk bangkit dan mengembangkan perubahan psikologis ke arah perkembangan.

- b) Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan dasar bagi penelitian selanjutnya yang ingin mengkaji faktor-faktor psikologis lain yang berkaitan dengan *post-traumatic growth* pada korban kekerasan psikologis dalam pacaran.

