

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Catatan Tahunan (CATAHU) yang dirilis oleh Komnas Perempuan menemukan bahwa sepanjang tahun 2020 lalu terdapat 299.911 kasus kekerasan terhadap perempuan di Indonesia. Pada 10 tahun terakhir, kasus dalam ranah personal selalu menjadi kasus dengan angka pelaporan tertinggi. Pada kasus dalam ranah personal, pelaku kekerasan merupakan individu yang memiliki hubungan darah, kekerabatan, perkawinan, atau relasi intim (pacaran) dengan korban. Kasus di ranah personal tertinggi secara berurutan adalah kekerasan terhadap istri (KTI), kekerasan dalam pacaran (KDP), dan kekerasan terhadap anak perempuan (KTAP) (Komnas Perempuan, 2021). Meskipun pelaporan terkait KDP jumlahnya lebih rendah dibanding KTI, KDP memiliki kerentanan tersendiri karena belum memiliki peraturan perundang-undangan yang memadai (Kesaulia, 2020) dan berpotensi berlanjut menjadi KDRT (Murray & Kardatzke, 2007).

Hasil laporan CATAHU 2020 menyatakan bahwa terdapat 1.309 kasus kekerasan dalam pacaran yang ditangani oleh lembaga layanan di Indonesia selama tahun 2020 (Komnas Perempuan, 2021). Akan tetapi, angka tersebut belum tentu menggambarkan angka sebenarnya. Sebuah studi menunjukkan prevalensi kekerasan dalam pacaran di 16 negara di dunia menunjukkan bahwa setidaknya 29% mahasiswa dengan rentang usia 18-40 tahun pernah melakukan kekerasan terhadap pasangannya dalam waktu satu tahun terakhir (Straus et al., 2004). Kekerasan dalam pacaran sendiri didefinisikan sebagai segala upaya untuk mengendalikan atau mendominasi pasangan secara fisik, seksual, atau psikologis

hingga mengakibatkan kerugian (Wolfe & Feiring, 2000). Sebagian besar korban kekerasan dalam pacaran tidak melapor kepada pihak berwajib karena rasa malu, ketakutan akan penolakan atau perlawanan dari pasangan (Murray & Kardatzke, 2007).

Menurut Tedeschi & Calhoun (2004), kejadian traumatis mencakup sejumlah situasi yang menantang sumber daya adaptif individu dan cara pandang individu terhadap dunia serta diri individu sebagai bagian dari dunia. Dengan definisi tersebut, kekerasan dalam pacaran termasuk ke dalam salah satu kategori kejadian traumatis. Studi mengenai dampak negatif dari kekerasan dalam pacaran telah banyak dilakukan. Menurut penelitian yang dilakukan pada 663 mahasiswa di Amerika Serikat, korban kekerasan dalam pacaran mengalami beberapa dampak negatif seperti luka fisik ringan dan berat, kecemasan (*anxiety*), *post-traumatic stress disorder* (PTSD), dan gejala depresi (Amanor-Boadu et al., 2011).

Secara teoretis, adanya gangguan keberfungsian setelah mengalami kejadian traumatis merupakan hal yang wajar dialami. Akan tetapi, kondisi tersebut bukan satu-satunya respon terhadap kejadian traumatis. Terdapat setidaknya empat kemungkinan respon seseorang terhadap kejadian traumatis. Pertama, individu dapat mengalami fase *succumbing* yang ditandai penurunan fungsi psikologis dan kesehatan hingga gagal untuk kembali ke kondisi normal. Kedua, individu dapat mengalami *survival with impairment*, di mana individu mampu bangkit, namun tidak sepenuhnya pulih. Ketiga, individu dapat mengalami *resilience* saat ia mampu kembali ke level keberfungsian normal. Terakhir, individu dapat mengalami *thriving*, atau keberhasilan mencapai level keberfungsian yang lebih tinggi

dibandingkan dengan sebelum mengalami kejadian traumatis (Carver, 1998). Kondisi *thriving*, atau kondisi di mana seseorang mampu bertumbuh dari kejadian traumatis merupakan bagian dari pengalaman manusia yang sangat bermakna, dan penting untuk dikembangkan (Carver, 1998).

Tanpa mengabaikan dampak negatif dari pengalaman traumatis, beberapa studi menunjukkan bahwa individu yang pernah mengalami kejadian traumatis dapat mengalami peningkatan kualitas hubungan interpersonal, spiritualitas, empati, apresiasi terhadap kehidupan, penyesuaian prioritas hidup, serta peningkatan *self-esteem* dan *self-efficacy*. Pertumbuhan ini bukan terjadi sebagai konsekuensi langsung dari trauma, tetapi dihasilkan dari bagaimana seseorang memproses realita setelah kejadian traumatis (Steffens & Andrykowski, 2014). Adanya reaksi positif setelah mengalami trauma biasanya disebut sebagai *post-traumatic growth*.

*Posttraumatic growth* diartikan sebagai perubahan psikologis yang bersifat positif sebagai hasil dari perjuangan menghadapi keadaan hidup yang sangat menantang. Orang yang mengalami *posttraumatic growth* dapat mengapresiasi hidup, mengenali kekuatan diri, menemukan peluang baru dalam hidupnya, memiliki hubungan sosial yang lebih dekat dan berkualitas, serta mengalami peningkatan kepercayaan spiritual ataupun eksistensial (Tedeschi & Calhoun, 2004). *Posttraumatic growth* berbeda dari resiliensi yang membuat seseorang menjadi tidak terpengaruh oleh tekanan, *posttraumatic growth* melibatkan proses yang lebih transformatif dalam mengubah kehidupan individu yang mengalami kejadian traumatis, di mana seseorang terdampak oleh kejadian traumatis, namun

mampu mengatasi dampak tersebut dan mencapai level keberfungsian yang lebih tinggi. Oleh karena itu, mengidentifikasi faktor yang berperan terhadap *posttraumatic growth* merupakan hal yang penting. Sejauh ini, *posttraumatic growth* diketahui berkorelasi dengan beberapa faktor, seperti usia, kepribadian, proses kognitif, strategi *coping*, dan dukungan sosial yang bersifat formal dan informal (Elderton et al., 2017). Hal sentral dari terbentuknya *posttraumatic growth* adalah adanya proses kognitif dalam menghayati kejadian traumatis. Umumnya, kejadian traumatis mengguncang cara individu memahami diri dan dunianya. Maka, individu perlu membangun cara pandang baru yang lebih adaptif dengan melalui proses pemikiran dan perenungan berulang-ulang (Calhoun & Tedeschi, 1999).

Manusia pada dasarnya memiliki sekumpulan pandangan atau asumsi yang mencakup pandangan bahwa dunia ini penuh kebajikan, dunia ini masuk akal, dan diri ini berharga. Berdasarkan asumsi pertama, diyakini bahwa manusia pada dasarnya baik, dan lebih banyak hal baik yang terjadi di dunia ini dibandingkan kemalangan. Asumsi kedua kemudian menunjukkan bahwa terdapat alasan di balik terjadinya suatu peristiwa dan mengapa suatu peristiwa dapat terjadi pada orang-orang tertentu (Janoff-Bulman, 1992). Misalnya, saat seseorang mengalami pencopetan, manusia cenderung berusaha memahami mengapa orang tersebut dapat mengalami pencopetan dan memunculkan sejumlah kemungkinan. Kemungkinan tersebut di antaranya mungkin dompet orang tersebut disimpan di tempat yang tidak aman, mungkin orang tersebut sedang berada di tempat yang rawan kejahatan, mungkin orang tersebut sedang lengah, dsb. (Azura, 2015). Adanya keterkaitan

antara perilaku dan kejadian tersebut membuat dunia dipercayai sebagai hal yang masuk akal. Sedangkan menurut asumsi ketiga, jika diri adalah sosok yang baik, maka selayaknya hidup dalam “ilusi kekebalan” atau meremehkan kemungkinan kejadian buruk terjadi padanya. Saat mengalami kejadian traumatis, tiga asumsi tersebut dapat terancam atau terguncang (Janoff-Bulman, 1992). Seseorang yang mengalami kejadian traumatis akan berusaha membangun cara pandang baru dengan cara memikirkan pengalamannya berulang kali, atau disebut dengan *ruminatio*n (Calhoun & Tedeschi, 1999).

Pada proses *ruminatio*n, individu menghabiskan banyak waktu dan energi untuk memikirkan kembali apa yang telah dialami (Calhoun & Tedeschi, 1999). Dalam proses tersebut, terdapat dua proses *ruminatio*n yang terjadi. Pertama, terjadi *ruminatio*n tidak terarah yang disebut *intrusive ruminatio*n atau *brooding*. Kedua, terjadi *ruminatio*n yang terencana yang disebut sebagai *deliberate ruminatio*n atau *reflective pondering* (Tedeschi et al., 2018; Stockton et al., 2011). *Intrusive ruminatio*n dan *deliberate ruminatio*n dapat terjadi secara berurutan/bergantian (Tedeschi et al., 2018) ataupun secara bersamaan (Taku et al., 2009). Apabila terjadi secara berurutan, umumnya *intrusive ruminatio*n berjalan terlebih dahulu dan seiring berjalannya waktu, pemikiran berubah menjadi lebih konstruktif, atau disebut dengan *deliberate ruminatio*n. Pada fase *deliberate ruminatio*n, individu mulai mencoba memahami mengapa dan bagaimana suatu kejadian traumatis terjadi pada dirinya (Tedeschi et al., 2018). Sedangkan pada kemungkinan kedua, *intrusive ruminatio*n dan *deliberate ruminatio*n terjadi secara bersamaan, baik sesaat setelah kejadian traumatis maupun jangka waktu yang lebih lama (Taku et al., 2009).

*Rumination* menandakan upaya adaptasi secara kognitif terhadap perubahan hidup pasca kejadian traumatis, sehingga mendukung munculnya *posttraumatic growth* (Tedeschi et al., 2018). Perjuangan individu dalam membangun kembali pandangan hidup yang baru tersebut menimbulkan terjadinya *posttraumatic growth* pada individu tersebut (Tedeschi & Calhoun, 2004). Riset mengenai kaitan antara *intrusive rumination* dan *posttraumatic growth* menunjukkan hasil yang cenderung beragam. Penelitian yang dilakukan pada anak-anak di Jakarta dan Depok yang memiliki pengalaman traumatis membuktikan bahwa *rumination* berkorelasi positif dengan *posttraumatic growth*, di mana semakin tinggi *rumination* maka semakin tinggi pula *posttraumatic growth* yang dialami (Ramadhana, 2014). Hal ini bertentangan dengan hasil studi pada penyintas kanker usia dewasa yang menyebutkan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara *intrusive rumination* dan *posttraumatic growth*. Sehingga *intrusive rumination* yang tinggi justru menghambat *posttraumatic growth* seseorang (Park et al., 2010). Studi lain pada penyintas kanker pun justru tidak menemukan hubungan antara *intrusive rumination* dan *posttraumatic growth* (Morris & Shakespeare-Finch, 2011),

Penelitian meta-analisis dan Helgeson et al. (2006) berupaya membandingkan pengaruh *intrusive rumination* terhadap *posttraumatic growth* berdasarkan tipe kejadian traumatis yang dialami. Tipe kejadian dibagi menjadi dua, yakni masalah yang berkaitan dengan kesehatan (mis. terdiagnosa penyakit tertentu) dan non-kesehatan, atau disebut dengan *personal trauma* (mis. kekerasan, pemerkosaan, dan permasalahan relasi). Hasilnya, *effect size* dari pengaruh *intrusive rumination* terhadap *posttraumatic growth* pada kelompok yang

mengalami *personal trauma* lebih tinggi dibandingkan pada kelompok yang mengalami masalah kesehatan. Hal tersebut menunjukkan bahwa proses kognitif dan pertumbuhan yang dialami seseorang dipengaruhi oleh bentuk kejadian yang dialami. Penelitian terdahulu masih lebih banyak berfokus pada individu yang mengalami kejadian traumatis berupa masalah kesehatan, sehingga perlu meneliti bentuk kejadian traumatis lainnya (Helgeson et al., 2006). Kejadian traumatis seperti kekerasan mengakibatkan *intrusive rumination* yang lebih tinggi karena kejadian tersebut bersifat sangat personal dan dilakukan secara sengaja oleh pihak terpercaya (Shakespeare-Finch & Armstrong, 2010). Karena kekerasan dalam pacaran termasuk ke dalam *personal trauma* dalam konteks relasi romantis, diasumsikan bahwa respons *intrusive rumination* akan muncul.

Selain *intrusive rumination*, beberapa penelitian menunjukkan hubungan positif antara *deliberate rumination* dan *posttraumatic growth* pada sejumlah kelompok penelitian. Penelitian yang dilakukan pada 313 penyintas kanker di Australia menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *deliberate rumination* dan *posttraumatic growth*. Artinya, semakin tinggi *deliberate rumination*, semakin tinggi pula *posttraumatic growth* yang dialami (Morris & Shakespeare-Finch, 2011). Hasil tersebut senada dengan penelitian sebelumnya di Amerika Serikat pada kelompok individu dengan beragam pengalaman traumatis. Menurut penelitian yang melibatkan 323 mahasiswa tersebut, ditemukan bahwa *deliberate rumination* berperan positif terhadap *posttraumatic growth*. *Deliberate rumination* membantu individu memahami dan memperbaiki kembali *core belief*

yang terguncang, sehingga dapat mengenali bagaimana mereka berubah dan bertumbuh karena keadaan (Cann et al., 2011).

Meskipun *ruminatio*n merupakan proses internal, peran lingkungan tidak dapat diabaikan. Saat mengalami kejadian traumatis, seseorang perlu memproses kejadian yang membuatnya mempersepsikan dunia sebagai tempat yang tidak aman, tidak bermakna, dan mempersepsikan diri sebagai sesuatu yang tidak berharga. Adanya *ruminatio*n menjadi proses penyesuaian diri terhadap pengalaman negatif tersebut. Selama *ruminatio*n berlangsung, adanya persepsi bahwa orang-orang di sekitar memberikan dukungan sosial dapat menjadi “data” baru bahwa dunia tidak sepenuhnya buruk setelah mengalami kejadian traumatis (Janoff-Bulman, 1992).

Lebih jauh lagi, sebagai proses kognitif, *ruminatio*n tidak terlepas dari pengaruh budaya (Weiss & Berger, 2010). Nisbett (2003) menyebutkan adanya perbedaan cara berpikir individu yang berasal dari budaya barat (Amerika dan Eropa) dan budaya timur (Asia). Variasi gaya kognitif tersebut didasari oleh asumsi filosofis yang dimiliki dalam memahami suatu kejadian. Orang-orang dari budaya barat mempercayai bahwa dirinya memiliki kendali atas kejadian-kejadian dalam hidupnya. Sehingga jika mengalami kejadian traumatis, *ruminatio*n yang dilakukan orang-orang dari budaya barat dilandasi keinginan untuk mengambil tanggung jawab atas pengalaman negatif yang dialami (Weiss & Berger, 2010).

Di sisi lain, orang-orang di budaya timur cenderung merasa memiliki lebih sedikit kendali atas kejadian traumatis yang dialami dan berfokus pada hal-hal di luar diri mereka. Misalnya, lebih memikirkan bagaimana pandangan orang-orang

terhadap diri dan kondisinya setelah mengalami kejadian traumatis (Weiss & Berger, 2010). Oleh karena itu, selama individu yang mengalami kejadian traumatis memproses pengalamannya secara kognitif, mereka menjadi lebih sensitif terhadap ada atau tidaknya dukungan dari lingkungan (Janoff-Bulman, 1992).

Riset yang dilakukan pada individu berlatar belakang Asia-Amerika dan Eropa-Amerika membuktikan hal tersebut. Terdapat perbedaan cara pandang terhadap dunia berpengaruh terhadap bagaimana seseorang menghayati pengalamannya. Pada individu dari budaya Asia-Amerika, terdapat kepercayaan bahwa lingkungan senantiasa memantau perilaku individu. Oleh karena itu, individu Asia-Amerika seringkali merenungkan pengalamannya dalam sudut pandang '*observer*' karena mengkhawatirkan respons lingkungan terhadap dirinya. Hal tersebut berbeda dengan individu Eropa-Amerika yang mementingkan otentisitas diri tanpa berfokus pada respons lingkungan (Cohen et al., 2007).

Sebuah studi kualitatif yang melibatkan empat perempuan dewasa awal yang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran menunjukkan pentingnya dukungan sosial untuk bangkit dari pengalaman negatif. Subjek penelitian tersebut mendapatkan dukungan dari teman-temannya. Mereka meyakinkan subjek bahwa diri mereka berharga, kuat, dan mampu meninggalkan hubungan tersebut. Subjek juga diyakinkan untuk memulai hal-hal baru dan mengenal orang-orang baru (Utami, 2020). Meskipun terdapat bukti mengenai peran dukungan sosial terhadap *posttraumatic growth*, penelitian sebelumnya berfokus kepada identifikasi sumber dukungan sosial (keluarga, teman, atau *significant other*). Belum ditemukan penelitian yang mengkaji bentuk dukungan sosial yang paling tepat untuk

membantu proses *ruminatio*n hingga mencapai *posttraumatic growth*. Secara umum terdapat empat bentuk dukungan sosial, yakni *tangible support*, *appraisal/informational support*, *self-esteem/emotional support*, dan *belonging support* (Uchino, 2004). Penelitian sebelumnya menemukan bahwa *belonging support* mengurangi gejala depresi pada korban *intimate partner violence* secara signifikan (Suvak et al., 2013), namun tidak diteliti dampaknya terhadap *posttraumatic growth*. Dengan meneliti bentuk dukungan sosial, diharapkan dapat memberi informasi dukungan sosial yang sesuai dengan kebutuhan perempuan yang mengalami KDP.

Peneliti melakukan pengambilan data awal melalui wawancara dengan tiga orang narasumber perempuan berusia 18-25 tahun yang pernah mengalami KDP. Narasumber A (25 tahun) mengalami KDP psikologis, fisik dan seksual dari pacarnya selama satu tahun hingga pernah mendapatkan ancaman pembunuhan oleh mantan pacar. Ia juga mendapatkan diagnosa depresi dari psikolog setelah mengalami KDP dan merasakan kecemasan terkait dirinya. Tidak lama setelah mengalami KDP, setiap kali membahas ataupun melihat sesuatu yang berkaitan dengan KDP, ia dapat teringat kembali kekerasan yang dialami, menangis, dan menyalahkan dirinya. Ia awalnya sering memendam emosi negatif yang muncul saat mengalami KDP dan setelah ia keluar dari hubungan tersebut, namun mendapatkan saran dari teman dan salah seorang dosen yang mengetahui kondisinya untuk berkonsultasi ke psikolog. Ia kemudian belajar tidak memendam pengalaman tersebut sendiri dan tidak membiarkan dirinya didefnisikan oleh satu kejadian dari keseluruhan pengalaman hidupnya. Ia belajar untuk tidak menekan

perasaannya. Ia juga mencoba memfokuskan diri pada aktivitas akademik di perguruan tinggi sesuai minatnya, dan menyadari bahwa ia memiliki kekuatan untuk melalui KDP tersebut.

Narasumber B (24 tahun) mengalami KDP psikologis dan fisik selama satu tahun dari keseluruhan durasi hubungannya selama 4 tahun. B merasakan penurunan performa akademik yang sangat signifikan, di mana Indeks Prestasi (IP) yang didapatkan turun dari 3,5 menjadi 1,75. Ia merasa terguncang dan merasa direndahkan oleh dengan kekerasan fisik yang sering dilakukan pacar. Narasumber lebih sering meratap dan sulit fokus, sehingga terganggu perkuliahannya. Beberapa bulan setelah mengalami KDP, ia sering terbayang kembali kekerasan yang dialami hingga mengurung diri di kamar selama satu minggu. Ingatan tersebut sering kembali muncul diiringi pandangan bahwa dirinya tidak berguna dan tidak berharga. Untungnya, ia memiliki teman-teman yang bersedia mendengarkannya, sehingga ia merasa tidak sepenuhnya sendirian. Setelah merasa lebih tenang, ia berusaha merenungkan kembali pengalamannya dan menyadari bahwa *“Aku dulu merasa dia obat buat rasa sakitku, tapi obat itu gak seharusnya bikin semakin sakit.”* Ia menyadari dirinya tetap berharga terlepas dari apa yang telah ia alami. Setelah itu, ia banyak mendorong dirinya untuk aktif di berbagai kegiatan, hingga mendapatkan pekerjaan di ibukota sesuai cita-citanya.

Narasumber C (25 tahun) telah menjalani hubungan pacaran selama 5 tahun. Ia mengalami kekerasan psikologis dan fisik dengan dampak menurunnya rasa keberhargaan diri. Saat mengalami KDP, ia seringkali bercerita kepada teman dan orang tuanya. Mereka memberikan ruang untuk bercerita, dan juga saran agar ia

pergi dari hubungan tersebut. Namun, tidak mudah baginya keluar dari hubungan tersebut karena ia seringkali justru disalahkan oleh pasangan dan diberikan ancaman kekerasan yang lebih parah. Saat sering terpikirkan tentang KDP yang dialami, ia hanya ingin bercerita kepada orang di sekitarnya tanpa mendapatkan penilaian apa-apa. Seiring berjalannya waktu, ia melihat pola relasinya yang semakin tidak sehat, dan dapat keluar dari hubungan tersebut. Ia juga mengikuti kelas tentang relasi interpersonal, di mana ia belajar lebih lanjut terkait hubungan pacaran yang sehat. Ia juga berkenalan dengan laki-laki lain yang sering mengajaknya berdiskusi terkait hubungan romantis seperti apa yang baik untuk perkembangan diri masing-masing. Kini, ia menikahi laki-laki tersebut. Saat ini, ia merasa lebih mampu menjalin hubungan yang lebih baik dan lebih banyak mengikuti ajaran agama agar hidupnya terasa terarah dan bermakna.

Dari tiga narasumber yang peneliti wawancara, terdapat persamaan adanya dampak negatif yang dirasa signifikan akibat dari hubungan dengan KDP. Dalam ranah kognitif, ketiganya sempat mengalami fase sering terpikirkan kembali terkait pengalaman KDP (*intrusive rumination*) dan juga fase di mana mereka berusaha memikirkan secara sengaja apa makna pengalaman tersebut beserta hal yang mereka jadikan sebagai pelajaran (*deliberate rumination*). Mereka sama-sama mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan, dari sumber yang berbeda-beda. Terdapat pula dampak positif yang berbeda yang dialami setelah mereka merasa berhasil melalui hubungan dengan KDP dan mengatasi dampak dari kekerasan tersebut. Detail mengenai data awal terdapat dalam tabel berikut.

**Tabel 1.1** Data Awal Penelitian

Narasumber	KDP	<i>Intrusive Rumination</i>	<i>Deliberate Rumination</i>	Dukungan Sosial	<i>Posttraumatic Growth</i>
A (25 tahun)	Psikologis Fisik Seksual	Sering tiba-tiba terpikirkan kembali tentang KDP yang dialami Terpikirkan kembali tentang KDP saat melihat hal yang berkaitan	Memaksa diri menghadapi perasaan Memikirkan bagaimana kejadian tersebut memengaruhi diri	Teman Dosen Psikolog	Menyadari kekuatan diri ( <i>Personal strength</i> )
B (24 tahun)	Psikologis Fisik	Sering terbayang-bayang kekerasan yang dialami	Memikirkan apa dampak dari kejadian tersebut Memikirkan pelajaran yang didapatkan dari pengalaman KDP	Teman	Mengambil peluang-peluang baru ( <i>New possibilities</i> )
C (25 tahun)	Psikologis Fisik	Sering tiba-tiba terpikirkan kembali tentang KDP yang dialami	Memikirkan pelajaran yang didapatkan dari pengalaman KDP	Teman Orang tua Pasangan	Membangun relasi dengan lebih baik ( <i>Relating to Others</i> ) Meningkatnya religiusitas ( <i>Spiritual &amp; Existential Change</i> )

Peneliti bermaksud menguji peran moderasi dukungan sosial terhadap hubungan antara *ruminatio*n dan *posttraumatic growth*. Selain itu, peneliti juga bermaksud mengidentifikasi bentuk dukungan sosial yang membantu proses *intrusive ruminatio*n dan *deliberate ruminatio*n hingga mencapai *posttraumatic growth*. Belum ditemukan studi yang meneliti ketiga variabel tersebut secara sekaligus di Indonesia. Studi mengenai *posttraumatic growth* pada populasi lain seperti individu yang pernah mengalami kekerasan interpersonal, ataupun kejadian traumatis secara umum telah banyak dilakukan, tetapi belum dilakukan pada kelompok perempuan *emerging adult* yang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran.

Pengikutsertaan dimensi baru dari *posttraumatic growth*, yakni perubahan spiritual dan eksistensial juga menjadi kebaruan dalam penelitian ini. Penambahan dimensi tersebut berusaha menggambarkan bagaimana kepercayaan agama dan eksistensial meningkat setelah seseorang mengalami kejadian traumatis. Terkait dengan perubahan spiritual, seseorang merasa keimanan dan pemahamannya terhadap agama menjadi semakin baik. Sedangkan terkait dengan perubahan eksistensial, seseorang dapat merasa mampu merenungkan tujuan dan makna kehidupan, serta mampu mendapatkan kejelasan terkait pertanyaan-pertanyaan dasar eksistensial yang dimiliki (Calhoun & Tedeschi, 2006). Hal ini menjadi relevan untuk diteliti karena masyarakat Indonesia secara umum memandang nilai kepercayaan sebagai hal yang penting (Gianisa & Le De, 2018).

Pemilihan konteks penelitian tersebut adalah karena *emerging adult* merupakan kelompok usia yang cenderung mengalami kekerasan dalam pacaran,

baik sebagai pelaku ataupun korban (Courtain & Glowacz, 2018). Meskipun kekerasan dalam pacaran dapat terjadi sejak usia remaja, hubungan pacaran pada kelompok *emerging adulthood* memiliki dinamika yang berbeda dibandingkan hubungan pacaran pada usia remaja. Periode perkembangan *emerging adulthood* (18-25 tahun) ditandai dengan fase eksplorasi identitas diri terkait aspek percintaan (*love*), pekerjaan, (*work*) dan pandangan hidup (*worldview*) (Arnett, 2000).

Eksplorasi terkait percintaan di periode *emerging adulthood* cenderung lebih intim dan serius dalam bentuk hubungan berpacaran. Hal tersebut menunjukkan perbedaan dibandingkan dengan hubungan pacaran pada periode perkembangan remaja yang hanya memiliki tujuan rekreasional. Hubungan di periode *emerging adulthood* juga lebih fokus pada eksplorasi intimasi fisik dan emosional, serta cenderung bertahan lebih lama (Arnett, 2000). Terkait dengan konteks hubungan pacaran dengan kekerasan, durasi hubungan pacaran berhubungan secara signifikan dengan frekuensi tindakan kekerasan kepada pacar. Artinya, semakin lama hubungan berlangsung, semakin tinggi kecenderungan untuk melakukan tindakan kekerasan. Intensitas kekerasan yang dilakukan juga cenderung meningkat seiring dengan lamanya hubungan pacaran berlangsung karena konflik yang semakin banyak (Luthra & Gidycz, 2006).

Beberapa penelitian menyimpulkan bahwa baik laki-laki dan perempuan sama-sama melakukan tindakan kekerasan dalam konteks hubungan pacaran (Luthra & Gidycz, 2006). Akan tetapi, kekerasan yang dilakukan laki-laki dan perempuan terjadi pada konteks yang berbeda. Kekerasan yang dilakukan perempuan pada pasangan dipicu oleh kemunculan perilaku agresif dari pasangan

laki-laki terlebih dahulu atau sebagai reaksi defensif. Sedangkan laki-laki cenderung mengawali tindakan kekerasan (Herrera et al., 2008). Sehingga, dapat disimpulkan bahwa laki-laki masih menjadi pelaku utama dalam kekerasan dalam pacaran. Padahal, kekerasan yang dilakukan oleh laki-laki terhadap perempuan memiliki tingkat keparahan yang lebih tinggi dan lebih berpotensi menghasilkan luka fisik (Kaukinen, 2014). Oleh karena itu, penelitian ini akan fokus pada konteks kekerasan dalam pacaran dengan pelaku laki-laki dan korban perempuan.

Penelitian ini berupaya menguji peran moderasi dukungan sosial terhadap hubungan antara *ruminatio*n dan *posttraumatic growth* pada perempuan *emerging adult* yang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran. Dengan pengujian moderasi, diharapkan dapat diketahui peran dari tingkat dukungan sosial yang dipersepsikan individu dalam memperkuat atau memperlemah hubungan antara *ruminatio*n dan *posttraumatic growth*. Selain itu, diharapkan dapat diidentifikasi bentuk dukungan sosial yang paling berperan dalam membantu memperkuat hubungan *ruminatio*n dan *posttraumatic growth*, sehingga proses *ruminatio*n yang sehat dapat didukung untuk memperbesar kemungkinan terjadinya *posttraumatic growth*.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Melalui latar belakang dan konsep teori yang telah ditemukan, pertanyaan dari penelitian ini adalah:

1. Bagaimana gambaran *intrusive rumination*, *deliberate rumination*, dukungan sosial, dan *posttraumatic growth* pada perempuan *emerging adult* yang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran (KDP)?
2. Apakah terdapat peran moderasi dukungan sosial terhadap hubungan antara *intrusive rumination* dan *posttraumatic growth*?
3. Apakah terdapat peran moderasi dukungan sosial terhadap hubungan antara *deliberate rumination* dan *posttraumatic growth*?
4. Apakah terdapat bentuk-bentuk dukungan sosial tertentu yang memiliki peran moderasi terhadap hubungan antara *intrusive rumination* dan *posttraumatic growth*?
5. Apakah terdapat bentuk-bentuk dukungan sosial tertentu yang memiliki peran moderasi terhadap hubungan antara *deliberate rumination* dan *posttraumatic growth*?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mendapatkan gambaran *intrusive rumination*, *deliberate rumination*, dukungan sosial, dan *posttraumatic growth* pada perempuan *emerging adult* yang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran.

2. Menguji peran moderasi dukungan sosial dalam memperkuat hubungan antara *intrusive rumination* dan *posttraumatic growth* pada perempuan *emerging adult* yang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran.
3. Menguji peran moderasi dukungan sosial dalam memperkuat hubungan antara *deliberate rumination* dan *posttraumatic growth* pada perempuan *emerging adult* yang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran.
4. Mengetahui bentuk dukungan sosial yang berperan memperkuat hubungan antara *intrusive rumination* dan *posttraumatic growth* pada perempuan *emerging adult* yang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran.
5. Mengetahui bentuk dukungan sosial yang berperan memperkuat hubungan antara *deliberate rumination* dan *posttraumatic growth* pada perempuan *emerging adult* yang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoretis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai *rumination*, dukungan sosial, dan *posttraumatic growth* pada perempuan *emerging adult* yang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran. Penelitian ini juga diharapkan menjadi salah satu penelitian dasar yang membahas hubungan antara ketiga variabel tersebut karena belum ditemukan penelitian yang membahas ketiga variabel tersebut secara bersama-sama pada konteks penelitian di Indonesia.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian diharapkan mampu menyumbangkan lebih banyak informasi mengenai *posttraumatic growth* pada perempuan yang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran dan berguna bagi berbagai pihak, antara lain:

- a. Bagi perempuan yang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran, diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai bentuk dukungan yang tepat untuk membantu proses *ruminatio*n yang sehat hingga mencapai *posttraumatic growth*. Dengan demikian, perempuan dengan pengalaman kekerasan dalam pacaran diharapkan dapat lebih mudah mencapai perubahan positif setelah mengalami kejadian traumatis.
- b. Bagi lembaga penyedia layanan konsultasi psikologis yang menangani kasus kekerasan dalam pacaran, diharapkan dapat memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai dinamika pengalaman pasca kekerasan dalam pacaran dari sudut pandang individu yang pernah menjadi korban. Lebih lanjut lagi lembaga terkait juga dapat merancang dan mengedukasi *emerging adult* mengenai langkah-langkah intervensi yang efektif untuk mendukung munculnya *posttraumatic growth*, khususnya terkait proses *ruminatio*n dan bentuk dukungan sosial yang tepat untuk diberikan.