Gambaran Kecemasan pada Perempuan Korban *Dating Violence* di Kota Bandung

Firyaal Wirawan*, Andhita Nurul Khasanah

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

*firyaalwirawan46@gmail.com, andhita.khasanah@gmail.com

Abstract. Dating violence is not uncommon but many women do not realize that the mistreatment they receive when they are in a relationship is a form of dating violence. For those who experience dating violence at a productive age, it tends to cause anxiety, depression, avoidance behavior, and other stresses in the future. This avoidant behavior can have an impact on their social life because in this productive age they still have to socialize in an educational or work environment. The purpose of the study was to determine the level of anxiety in female victims of dating violence in Bandung City which could have an impact on skills or decision making. This research method uses a descriptive method with a quantitative approach. This study uses anxiety measurement tools from Max Hamilton's measurement scale. The population and sample in this study were women in the emerging adulthood age category who had experienced dating violence in Bandung City with the final sample obtained as many as 60 people.

Keywords: *Dating Violence, Woman, Anxiety.*

Abstrak. Dating violence merupakan peristiwa yang tidak jarang terjadi namun masih banyak perempuan yang tidak menyadari bahwa perlakuan buruk yang mereka dapatkan ketika memiliki hubungan adalah salah satu dari bentuk dating violence. Bagi mereka yang mengalami dating violence di usia produktif cenderung dapat menimbulkan kecemasan, depresi, perilaku menghindar, dan tekanan lainnya di masa depan. Perilaku menghindar tersebut dapat berdampak pada kehidupan sosialisasinya karena dalam usia produktif ini mereka masih harus bersosialisasi dalam lingkungan pendidikan atau pekerjaan. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui tingkat kecemasan pada perempuan korban dating violence di Kota Bandung yang bisa berdampak pada keterampilan atau pengambilan keputusan. Metode penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini menggunakan alat ukur kecemasan dari skala pengukuran Max Hamilton. Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah perempuan pada kategori usia emerging adulthood yang pernah mengalami dating violence di Kota Bandung dengan sampel akhir yang didapatkan sebanyak 60 orang.

Kata Kunci: *Dating Violence, Perempuan, Kecemasan.*

A. Pendahuluan

Di Indonesia, salah satu bentuk kekerasan yang bersifat personal pada perempuan yang masih sering terjadi hingga saat ini salah satunya adalah dating violence atau kekerasan dalam berpacaran. Komnas Perempuan 2023 menyebutkan bahwa jumlah korban dating violence sangat meningkat selama dua tahun terakhir dan menempati peringkat kedua setelah kasus kekerasan dalam rumah tangga [1]. Namun hal ini belum banyak tersorot atau masih sering diabaikan oleh masyarakat

Berdasarkan Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak (Simfoni PPA) Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, pada tahun 2022 kota Bandung menjadi wilayah dengan kasus kekerasan tertinggi di Jawa Barat yaitu 423 kasus. Memasuki trimester awal 2023, kota Bandung menjadi wilayah dengan jumlah kasus kekerasan tertinggi ketiga di Jawa Barat setelah kota Depok dan Bogor [2].

Sebuah penelitian deskriptif tentang dating violence menunjukkan bahwa mereka tidak setuju dengan kekerasan, namun sebagian besar dari mereka juga memilih untuk mempertahankan hubungan mereka [3]. Di Indonesia, dating violence masih menjadi sebuah penyalahgunaan perilaku dominasi terhadap perempuan yang masih sering ditutupi karena pandangan orang lain atau adanya tekanan sehingga permasalahan ini masih sulit untuk dijangkau publik [4].

Fenomena dating violence masih banyak terjadi pada usia produktif terutama mereka yang tergolong dalam usia emerging adult. Pada usia tersebut adalah masa untuk menjalin hubungan dengan lawan jenis secara lebih serius dengan harapan memiliki hubungan yang positif sehingga dapat menciptakan hubungan yang akrab dan terjadinya interaksi sebagai bentuk keinginan untuk berkembang dan merasakan peningkatan hubungan dari waktu ke waktu [5]. Namun pada kenyataannya tidak setiap individu mengalami rasa kebahagiaan atas hubungan tersebut karena adanya konflik yang dapat menyebabkan munculnya perlakuan tidak wajar seperti tidak adanya keadilan bahkan kekerasan [6].

Emerging adult dianggap sebagai tahap kehidupan baru antara remaja dan dewasa. Dalam periode ini individu memiliki peluang tertinggi untuk mengeksplorasi identitas dalam segala bidang. Ditandai dengan ketidakstabilan dan ketidakpastian sehingga masa ini memberikan pengalaman dan tantangan baru yang lebih kompleks dan dapat menimbulkan risiko [7].

Peristiwa dating violence ini selain berdampak pada fisik, juga mendominasi berdampak pada keadaan psikis korban. Kecemasan adalah akibat yang paling mendominasi bagi perempuan yang pernah mengalami dating violence [8]. Wolman dan Sticker menjelaskan bahwa individu yang memiliki kecemasan, kemampuannya dalam bertindak akan terhambat. Setiap individu yang mengalami gangguan kecemasan akan menarik diri dari lingkungan sosial sehingga semakin lama akan berdampak pada fungsi kecerdasannya, khususnya kemampuan daya ingat dalam mengekspresikan sesuatu [9].

Wolman dan Sticker juga menjelaskan bahwa seseorang yang mengalami kecemasan akan merasa inferior, mudah marah, merugikan orang lain, dan sangat merugikan dirinya sendiri [9]. Menurut penelitian, adanya hubungan timbal balik yang melibatkan kekerasan dengan peningkatan risiko kecemasan. Adanya pemrosesan kognitif terhadap ancaman yang memicu kecemasan dan respons stress yang terkait (misalnya kekerasan fisik) sebagai cara untuk mengatasi atau mengurangi ancaman yang dirasakan [10].

Dating violence dapat membuat turunya pemberdayaan diri karena mereka menjadi pasif terhadap emosi yang mereka rasakan dan memilih untuk berdiam diri, berpikir sendiri, dan tidak mengetahui harus berbuat apa ketika dalam suasana tertekan atau sedih [11]. Bagi mereka yang pernah mengalami dating violence, hal tersebut dapat menimbulkan trauma berupa gejala yang didominasi oleh kecemasan.

Menurut Baindowi (2022) bisa menimbulkan ketakutan, depresi, kesepian, dan perilaku menghindar lainnya yang berdampak pada munculnya gangguan tidur atau menyebabkan adanya ketergantungan terhadap obat tidur atau obat penenang yang membuat keselamatannya bisa saja terancam.

Perempuan yang mengalami kecemasan karena akibat dari dating violence biasanya

sering dianggap memiliki pertahanan diri yang kurang sehingga membuat mereka memilih untuk menghindar. Memiliki kecenderungan dalam munculnya ketidakmampuan untuk menerima stigma dari orang lain yang berkaitan dengan masalah sosial sehingga hal tersebut menyebabkan mereka sulit untuk terbuka atau menjalankan kehidupannya seperti sebelumnya karena adanya stigma tersebut yang membuat mereka berpikir bahwa masalah yang mereka alami adalah masalah yang sensitif [12]. Mereka juga menjadi tidak mampu untuk mengambil keputusan-keputusan secara cepat dan tepat karena adanya alasan takut untuk dihakimi oleh orang sekitar atas keputusan-keputusan tersebut [13].

Perasaan rendah diri yang mereka rasakan dapat membuat suasana hati menjadi berubah dengan cepat dan munculnya perasaan tidak tenang karena takut membuat kesalahan [14]. Kecemasan dan gangguan stress pascatrauma berkaitan dengan bunuh diri, gangguan tidur dan makan, harga diri rendah, gangguan kepribadian, disfungsi sosial dan peningkatan kemungkinan penyalahgunaan zat.

Sehingga dengan mengetahui tingkat kecemasannya mereka dapat lebih berpikir atas diri mereka sendiri dengan melakukan refleksi diri, lebih meyakini kekuatan akan kelebihan yang dimiliki, selalu merasa lebih menjaga diri, sehingga mereka dapat bertahan dalam segala situasi. Terkadang bayang-bayang kejadian dating violence di masa lalu masih sering muncul sehingga mereka harus melakukan penyembuhan diri, menyibukkan diri, melakukan hal-hal yang disukai, semua itu dilakukan untuk meningkatkan harga diri mereka. [15].

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Seberapa tinggi tingkat kecemasan pada perempuan korban dating violence di Kota Bandung?”. Sehingga tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kecemasan pada perempuan korban dating violence di Kota Bandung.

B. Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah perempuan periode emerging adulthood berusia 18-29 tahun di Kota Bandung yang pernah mengalami dating violence dengan teknik pengambilan sampel yaitu accidental sampling atau convenience sampling yang diperoleh jumlah sampel penelitian sebanyak 60 orang. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam bentuk kuesioner. Adapun teknik analisis data yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif. Penelitian ini menggunakan alat ukur kecemasan Max Hamilton yang sudah diadaptasi ke Bahasa Indonesia [16].

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Gambaran Kecemasan pada Perempuan Korban *Dating Violence* di Kota Bandung

Berikut adalah penelitian mengenai gambaran kecemasan korban *dating violence* di Kota Bandung, yang diuji menggunakan analisis statistik deskriptif. Hasil pengujian dijelaskan pada tabel.

Tabel 1. Tingkat Kecemasan

Karakteristik	Kategori	Kecemasan				Jumlah
		Ringan	Berat		F	
		Sedang	Panik	Panik		
		F	F	F	F	
Usia	18	0	5	1	0	6
	19	2	0	1	0	3
	20	1	4	1	1	7
	21	5	6	2	0	13
	22	7	4	1	1	12
	23	7	2	0	0	9

		24	2	0	0	0	2
		25	4	3	1	0	8
Total		28	24	7	1	1	60
Pekerjaan	Mahasiswa	15	19	5	1		40
	Karyawan	7	2	1	0		10
	Freelance	1	1	0	0		2
	Pengajar	3	0	0	0		5
	Tidak Bekerja	2	2	1	0		3
Total		28	24	7	1	1	60
Frekuensi	1 Kali	14	11	1	0		26
	>1 Kali	14	13	6	1		34
Total		28	24	7	1	1	60
Jenis Dating	Verbal	18	18	5	1		42
	Fisik	1	0	0	0		1
	Seksual	3	1	0	0		4
	Verbal, Fisik, Seksual	6	5	2	0		13
Total		28	24	7	1	1	60

Hasil kecemasan menunjukkan bahwa sebagian besar perempuan korban *dating violence* juga berada pada tingkat gejala kecemasan dalam kategori ringan sebanyak 28 orang atau 46,7%. Menurut tingkatan kecemasan Max Hamilton, bahwa mereka dengan kecemasan ringan memiliki hubungan dengan ketegangan dalam keseharian hidupnya yang menyebabkan mereka meningkatkan persepsinya dan menjadi lebih waspada. Kecemasan dianggap sebagai fenomena siklus yang dapat mempengaruhi dan dipengaruhi oleh perilaku interpersonal. Pada tingkat kecemasan yang rendah, kecemasan dapat berfungsi sebagai motivasi bagi seseorang untuk terlibat dengan orang lain.

Menurut hasil penelitian, kecemasan yang dialami didominasi oleh mahasiswa sebanyak 40 orang atau 66,6% dengan kategori usia 21 tahun sebanyak 13 orang atau 21,6%, frekuensi menerima *dating violence* lebih dari 1 kali sebanyak 34 orang atau 56,6% dan menerima *dating violence* berupa kekerasan verbal sebanyak 42 orang atau 70%.

Kecemasan merupakan bagian dari bentuk emosi seseorang yang dirasakan yang dapat disebabkan oleh adanya perasaan terancam oleh suatu objek atau suatu situasi tertentu. Kecemasan dapat disebabkan oleh faktor internal yang terjadi misalnya adanya pengalaman masa lalu yang negatif dan menyebabkan munculnya perasaan rendah diri atau munculnya pikiran-pikiran tidak rasional. Kecemasan juga dapat disebabkan karena kurangnya dukungan atau sumber informasi dari orang-orang sekitar [9].

Hal ini terjadi karena *dating violence* adalah masalah yang signifikan antara individu pada usia dewasa muda yang belum menikah. Selain karena menunjukkan prevalensi *dating violence* lebih tinggi terjadi pada mahasiswa, hal tersebut juga terjadi karena perkuliahan yang sedang dijalani menjadi tidak berjalan dengan baik yang menyebabkan korban menjadi menarik diri dari teman-temannya karena takut akan adanya stigma dari orang lain. Salah satunya adalah bahwa lingkungan pendidikan khususnya perkuliahan memiliki risiko tinggi untuk semua bentuk *dating violence* [17]

Sehingga dari gejala-gejala kecemasan yang dirasakan, mereka yang pernah mengalami *dating violence* memiliki gejala kecemasan terbanyak pada kategori gejala gangguan kecerdasan yang mencakup adanya kesulitan konsentrasi dan memiliki daya ingat yang buruk.

Berkaitan dengan teori bahwa hal ini cukup berbeda dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa mereka berada pada tingkatan kecemasan yang ringan, karena jika berdasarkan teori kecemasan Gail W. Stuart, kecemasan yang dapat terjadi pada mereka yang pernah menjadi korban *dating violence* adalah kecemasan personal yang disebabkan oleh pengalaman yang menyakitkan yaitu *dating violence* di masa lalu.

Mereka cenderung akan memiliki kekhawatiran yang menyebabkan mereka akan memiliki pemikiran negative tentang dirinya sendiri yang menyebabkan mereka akan selalu membandingkan dan menganggap diri mereka lebih rendah dari orang lain, kemudian akan munculnya reaksi dalam diri yang biasanya ditandai dengan jantung berdebar-debar, munculnya keringat dingin, dan ketegangan sehingga hal tersebut juga dapat memunculkan hambatan-hambatan dalam menyelesaikan tugas karena mereka cenderung memiliki tekanan yang besar.

Mereka yang pernah mengalami peristiwa *dating violence* cenderung berkaitan dengan masalah-masalah emosi yang dapat menimbulkan trauma berupa gejala ketakutan, kecemasan, kecurigaan, sinisme, depresi, kesepian, dan berbagai perilaku menghindar lainnya (Baindowi, 2022). Namun dengan tingkatan kecemasan yang ringan membuktikan bahwa pengalaman yang buruk di usia produktif dan berdampak traumatis termasuk salah satunya *dating violence* dapat membuat mereka lebih berpikir tentang diri mereka sendiri dan selalu mengontrol pikiran dan perasaan mereka [18].

Adanya perhatian dan dukungan dari orang-orang terdekat dapat membuat individu menjadi lebih objektif dalam melihat situasi atau masalah yang terjadi sehingga hal tersebut dapat memberikan kekuatan pada diri individu untuk dapat mengatasi rasa kecewa, sedih, dan rendah diri yang muncul akibat dari peristiwa *dating violence*.

Individu yang berada pada periode *emerging adulthood* juga memiliki prinsip *possibilities* dan *optimism* yang meskipun masa ini adalah masa rentan penuh dengan ketidakstabilan namun individu di usia ini memiliki kepercayaan untuk memiliki masa depan yang baik. Mereka akan meyakini bahwa mereka akan mendapatkan apa yang diinginkan, mereka percaya bahwa kehidupannya akan lebih baik (Arnett et al, 2014).

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan perempuan korban dating violence di Kota Bandung berada pada tingkatan kecemasan ringan dengan perhitungan kecemasan didominasi terjadi pada mahasiswa dengan kategori usia 21 tahun, frekuensi menerima dating violence lebih dari 1 kali dan menerima dating violence berupa kekerasan verbal.

Acknowledge

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam proses penelitian ini dari awal hingga akhir, terutama kepada dosen pembimbing yaitu Anhdita Nurul Khasanah, S.Psi., M.Psi., Psikolog yang telah meluangkan waktu dan tenaganya untuk membantu peneliti dalam memberikan bimbingan dan arahan selama proses penelitian. Terima kasih kepada seluruh responden yang telah bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.

Daftar Pustaka

- [1] Komnas Perempuan. (2023). Lembar fakta catatan tahunan komnas perempuan tahun 2023: kekerasan terhadap perempuan di ranah publik dan negara: minimnya perlindungan dan pemulihan.
- [2] SIMFONI PPA. (2023). Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. Bandung: Sistem Informasi Online Perlindungan Anak dan Perempuan.
- [3] Asikin, A.S., Aipidely, D., Kiling, I.Y. (2021). Experience of dating violence's victims in Indonesia: a photovoice study. *Interpersona An International Journal on Personal Relationships* 15 (2). DOI:10.5964/ijpr.4303
- [4] Jailani, M., Nurasih. (2021). Fenomena kekerasan dalam berpacaran. *Journal of Gender and Social Inclusion in Muslim Societies* 1(1). DOI:10.30829/jgsims.v1i1.6445

- [5] Kusbadini, W., Suprapti, V. (2014). Psychological well being perempuan dewasa awal yang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial* 3(2). 80-92
- [6] Agustin, T.H., Pertiwi, Y.W. (2023). Kecemburuan dan perilaku dating violence pada mahasiswa. *Jurnal Salome: Multidisipliner Keilmuan* 1(5). 397-405.
- [7] Arnett, J.A., Zukauskienė, R., Sugimura, K. (2014). The new life stage of emerging adulthood at ages 18-29 years: implications for mental health. *Lancet Psychiatry* (1). 569-576.
- [8] Baidowi, S. M. (2022). Legal protection for victims of dating violence. *Semarang State University Undergraduate Law and Society Review*, 2(2), 133-154. <https://doi.org/10.15294/lsr.v2i2.53750>
- [9] Aye, S., Wijono, S., Hunga, A.I.R. (2022). Menurunkan kecemasan korban kekerasan dalam berpacaran dengan teknik desensitisasi sistematis (Studi kasus di kota Salatiga). *Jurnal Kajian Psikologi dan Konseling* 13 (2)
- [10] Ngo, Q. M., Ramirez, J. I., Stein, S. F., Cunningham, R. M., Chermack, S. T., Singh, V., & Walton, M. A. (2018). Understanding the Role of Alcohol, Anxiety, and Trait Mindfulness in the Perpetration of Physical and Sexual Dating Violence in Emerging Adults. *Violence Against Women*, 24(10), 1166–1186. doi:10.1177/1077801218781886
- [11] Nolen, S., Hoeksma. (2012). Emotion regulation and psychopathology: The role of gender. *The Annual Review of Clinical Psychology*. Doi:10.1146/annurev-clinpsy-032511-143109
- [12] Anderson, K.M., Danis, F.S. (2007). Collegiate sororities and dating violence: an exploratory study of informal and formal helping strategies. *Violence Against Women* 13(1). <https://doi.org/10.1177/1077801206294>
- [13] Fernet, M., Desilets, L., Hebert, M., Cousineau, M. (2019). Informal help-seeking process regarding romantic issues dating violence: a qualitative study. *Journal of Child & Adolescent Trauma*. 1-10. <https://doi.org/10.1007/s40653-019-00289-7>
- [14] Putriana, A. (2018). Kecemasan dan strategi coping pada wanita korban kekerasan dalam pacaran. *Jurnal Psikoborneo* 6 (3). 453-461
- [15] Amanda, C., & Mansoer, W. W. (2022). Studi fenomenologi tentang perempuan yang bangkit dari hubungan berpacaran penuh kekerasan. *Jurnal Psikologi Ulayat: Indonesian Journal of Indigenous Psychology* 9 (1), 23-45. DOI:10.24854/jpu188
- [16] Ramdan, I, M. (2019). Reliability and Validity Test of The Indonesian Version of the Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A) to Measure Work-related Stress in Nursing. *Jurnal NERS* 14 (1). 1-9. <http://dx.doi.org/10.20473/jn.v13i1.10673>
- [17] Duval, A., Lanning, B. A., & Patterson, M. S. (2018). A aystematic review of dating violence risk factors among undergraduate college students. *Trauma, Violence, & Abuse*. doi:10.1177/1524838018782207
- [18] Yang, M. S., Hedeker, D. (2019). A life-span approach to examining older vulnerable population’s subjective well-being: the role of adversity and trauma. *Aging and Mental Health* 24(12). 2043-2052. <https://doi.org/10.1080/13607863.2019.1652245>
- [19] H. Purnama, H. Wahyudi, and Suhana, “Terapi Berbasis Internet Untuk Meningkatkan Self-Regulasi Pada Mahasiswa Dengan Internet Gaming Disorder,” *Jurnal Riset Psikologi*, pp. 1–8, Jul. 2023, doi: 10.29313/jrp.v3i1.1704.
- [20] J. S. Al-Wafii and M. Yanuvianti, “Studi Mengenai Intensi Pembelian Makanan Organik Ditinjau Melalui Theory of Planned Behavior,” *Jurnal Riset Psikologi*, vol. 3, no. 2, pp. 85–92, Dec. 2023, doi: 10.29313/jrp.v3i2.2688.
- [21] N. H. Fadila and D. Rosiana, “Pengaruh Konsep Diri terhadap Kematangan Karir Siswa Kelas 12 SMK di Kota Serang,” *DELUSION: Exploring Psychology*, vol. 1, no. 1, 2023, doi: 10.29313/delusion.vxix.xxx.