

Psychological Well-Being Korban Kekerasan Dalam Pacaran: Adakah Peranan Forgiveness?

Andry Henry Prasetyo

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Tatik Meiyuntariningsih

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Hetti Sari Ramadhani

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

E-mail : tatikmeiyun@untag-sby.ac.id

Abstract

Psychological well-being is self-assessment or self-evaluation resulting from the experiences and ambitions of an individual's life. Individuals have a positive attitude towards themselves and others, make their own decisions, regulate their behavior, have meaningful life goals and are able to fulfill their potential and are able to manage their environment according to their needs. The purpose of this study was to determine the relationship between forgiveness and psychological well-being in victims of dating violence. The research design uses quantitative methods to achieve research objectives. The subjects of this study were victims of dating violence in Surabaya, totaling 95 women. The measuring instrument uses forgiveness and psychological well-being scales, dating violence to find subject criteria. The data analysis technique uses the Spearman Brown correlation test. The results show that there is a significant positive relationship between forgiveness and psychological well-being in victims of dating violence. The hypothesis that says there is a relationship between forgiveness and psychological well-being in victims of dating violence is accepted.

Keywords: *Forgiveness; Psychological Well-Being; Victims Of Dating Violence.*

Abstrak

Psychological well-being adalah penilaian atau evaluasi diri yang dihasilkan dari pengalaman dan ambisi hidup individu. Individu memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain, membuat keputusan sendiri, mengatur perilakunya, memiliki tujuan hidup yang bermakna dan mampu memenuhi potensi dirinya serta mampu mengelola lingkungannya sesuai dengan kebutuhannya. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara forgiveness dengan psychological well-being pada korban kekerasan dalam pacaran. Desain penelitian menggunakan metode kuantitatif untuk mencapai tujuan penelitian. Subjek penelitian ini adalah korban kekerasan dalam pacaran di Surabaya yang berjumlah 95 perempuan. Instrumen alat ukur menggunakan skala forgiveness dan psychological well-being, kekerasan dalam pacaran untuk mencari kriteria subjek. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi Spearman Brown. Hasil terdapat hubungan positif yang signifikan antara forgiveness dengan psychological well-being pada korban kekerasan dalam pacaran. Hipotesis yang berbunyi ada hubungan antara forgiveness dengan psychological well-being pada korban kekerasan dalam pacaran diterima.

Kata kunci: *Forgiveness; Korban Kekerasan Dalam Pacaran; Psychological Well-Being.*

. Pendahuluan

Menurut Rabeno (2018) pacaran adalah suatu hubungan antara dua orang yang bertemu, untuk melakukan aktivitas bersama supaya bisa saling mengenal. Mempunyai hubungan dengan lawan jenis bisa meningkatkan dalam kesejahteraan individunya, dengan adanya hubungan asmara antara laki-laki dengan perempuan bisa membantu dalam meningkatkan kesejahteraan psikologisnya (Devy & Sugiasih, 2018). Ada begitu banyak isu tentang perempuan dan kekerasan terhadap perempuan menjadi fokus penting dikarenakan insiden kekerasan terjadi berulang dan meningkat. Perempuan paling terpengaruh oleh kekerasan karena perempuan dipandang sebagai makhluk yang lemah, patuh dalam kehidupan sehari-hari dan budaya patriarki masih mendominasi di masyarakat.

Menurut Catatan Tahunan (KOMNAS Perempuan, 2019), kekerasan dalam pacaran adalah kekerasan yang digunakan untuk mengendalikan pasangannya. Kekerasan dalam rumah tangga menempati urutan pertama, lalu urutan kedua kekerasan dalam pacaran. Dalam catatan tahunan 2018 (KOMNAS Perempuan 2019), kasus kekerasan dalam rumah tangga menempati urutan teratas dengan 5.167 kasus, disusul kasus kekerasan dalam pacaran dengan 2.277 kasus, disusul kekerasan terhadap anak dengan 1.873 kasus.

Berdasarkan beberapa kasus korban kekerasan dalam pacaran seperti para korban mengalami kekerasan fisik, verbal dan ekonomi. Bahwa terdapat kekerasan dalam pacaran, menunjukkan bahwa dari tindakan kekerasan dalam pacaran sangat mengkhawatirkan dan merugikan pada korban. Kebanyakan perempuan akan takut melawan ketika mendapatkan kekerasan, tidak berdaya, dan membatasi pertemuan dengan orang asing, kurangnya rasa percaya diri. Saat perempuan mengalami kekerasan cenderung tidak bersuara dan memendam karena terdapat perasaan malu atas tindakan yang telah terjadi pada hubungannya, disisi lain ketidakinginan untuk mengakhiri hubungannya. Ketika perempuan yang pernah mendapatkan kekerasan dalam pacaran mengalami *psychological well-being* yang rendah. Akibatnya membuat korban tidak tenang dan cemas, membuat aktivitas korban tidak berjalan secara produktif karena tidak percaya diri.

Menurut Guidi, dkk (2012), korban kekerasan dalam pacaran menghadapi perasaan depresi dan trauma, dimana peristiwa kekerasan terekam pada ingatan korban dan bisa mengganggu pikirannya, terutama pada kesejahteraan psikologis korban. Ini secara alami mengarah pada kualitas kebahagiaan, tujuan hidup, dan kepercayaan diri yang rendah. Kaukinen (2014) menemukan bahwa terdapat dampak kekerasan dalam pacaran sangat mempengaruhi kesejahteraan dan prestasi akademik korban yang sedang belajar. Hal ini dapat menyebabkan penurunan tujuan hidup, kepercayaan diri, kualitas hidup dan isolasi diri. Kekerasan dalam pacaran merupakan fenomena bisa mengakibatkan rendah kesejahteraan psikologis bagi korban.

Menurut Callahan, dkk (2003) kekerasan dalam pacaran bisa mempengaruhi pada kepuasan hidup dan kesejahteraan psikologis individu. Perempuan korban kekerasan tidak bisa mengontrol lingkungan di sekitar (Parker & Lee, 2007) korban menghadapi kesusahan dalam menjalin hubungan dengan orang lain (Ansara & Hindin, 2011). Korban dalam kekerasan tidak bisa dalam meningkatkan dirinya untuk kedepannya, terlebih pada konteks sosial dan lingkungan (Aderson, 2001). Kekerasan dalam pacaran merupakan salah satu penyebab terhadap buruknya *psychological well-being* korban. Berdasarkan efek bisa dikatakan bahwa terdapat masalah yang berkaitan dengan *psychological well-being*. *Psychological well-being* mengacu pada kesanggupan dalam menerima dirinya, menjalin hubungan dengan orang lain, tidak terpengaruh oleh paksaan sosialnya, mengendalikan lingkungannya, mempunyai makna pada hidupnya, dan terus menyadari potensi dalam dirinya (Ryff & Keyes, 1995).

Beberapa penelitian-penelitian terdahulu yang telah dilakukan dan mendukung tentang adanya hubungan antara *forgiveness* dengan *psychological well-being* adalah Penelitian berjudul "Hubungan antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis pada korban perundung" yang dilakukan oleh Juwita dan Kustanti (2018) menunjukkan adanya hubungan yang positif antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis pada korban perundung. Penelitian yang lain dilakukan oleh Angela, dkk (2021) yang berjudul "Hubungan

antara *forgiveness* dengan *psychological well-being* pada korban kekerasan dalam rumah tangga". Terdapat hubungan yang positif antara *forgiveness* dengan *psychological well-being* pada korban kekerasan dalam rumah tangga.

Berdasarkan karakteristik individu yang mencapai *psychological well-being*, korban kekerasan dalam pacaran akan sulit mencapai kesejahteraan dalam psikologis atau *psychological well-being* karena dampaknya bisa mengakibatkan ketidakmampuan untuk memenuhi tugas perkembangan, dan dampak psikologis bisa membuat korban kekerasan susah untuk mencapai keadaan kesejahteraan psikologis. Natasya & Susilawati (2020) sebuah proses yang membuat pemulihan menjadi sulit bagi para korban kekerasan. Korban harus berjuang untuk kembali ke keadaan dirinya mengalami dampak kekerasan dan terpisah dari pasangannya seperti semula ketika tidak ada kekerasan. Salah satu faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* menurut ryff 1989 yaitu evaluasi pengalaman hidup yang dapat mempengaruhi individu untuk mencapai *psychological well-being*.

Berdasarkan faktor dan karakteristik serta dampak psikologis korban kekerasan dalam pacaran, individu harus mampu mencapai kebahagiaan dalam arti hidup yang dialami dan mengembangkan diri dan memulai menjalin hubungan yang baik dengan orang lain dengan sebaik - baiknya. Kekerasan dalam pacaran dapat membuat perempuan mengalami trauma. Tetapi bagi perempuan yang pernah mengalami trauma, ada perempuan yang bisa bangkit, berubah lebih baik dan mengalami pertumbuhan pasca trauma nya. Dengan melakukan strategi coping bagi korban dengan melakukan *forgiveness*. Salah satu dengan *forgiveness* perilaku pelaku kekerasan dan berdamai dengan kejadian dimasa lalu di kehidupannya dan membangun hubungan baik dengan orang lain dan dapat dalam mengevaluasi dengan perilaku menggunakan standar pribadi yang dimiliki dalam pengalaman hidup yang negatif maupun positif agar bisa mencapai *psychological well-being*. Dalam perilaku yang dapat dilakukan untuk mengevaluasi pengalaman negatif dari kehidupan korban kekerasan dalam pacaran yaitu dengan perilaku *forgiveness*.

Melalui *forgiveness*, emosi negatif yang dirasakan individu seperti marah, takut, sakit hati, dan depresi, bisa berganti emosi positif yang berguna dalam meningkatkan kemampuan karakter positif dan meningkatkan *psychological well-being*. (Fanner, 2010; Raj, dkk 2016). Menurut Bono, dkk (2007) *forgiveness* suatu sumber kekuatan dari individu untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis. Semakin rendah motivasi individu untuk menghindari dan balas dendam, maka semakin tinggi kesejahteraan psikologisnya. Sebaliknya, ketika motivasi untuk menghindari dan balas dendam tinggi maka kesejahteraan psikologis akan rendah. Pandangan lain yang sejalan dengan pendapat di atas adalah pandangan Enright & Fitzgibbons (2000) yang menyatakan bahwa *forgiveness* dapat untuk menghilangkan kemarahan pada orang lain, individu mempunyai *forgiveness* yang tinggi dapat menunjukkan bahwa tingkat agresif, kecemasan, dan depresi yang lebih rendah. Selain itu, *forgiveness* juga memiliki hubungan secara signifikan dengan psikologis individu.

B. Metode

Subjek penelitian ini adalah perempuan dewasa awal berusia 18-25 tahun yang memiliki pacar atau sudah pernah pacaran dan korban kekerasan dalam pacaran. Penelitian ini menggunakan norma tes yang bertujuan menyeleksi subjek korban kekerasan dalam pacaran. Hanya korban kekerasan dalam pacaran kategori tinggi sekali, tinggi dan sedang yang di analisis pada penelitian ini, dengan jumlah awal 125 subjek setelah dihitung menggunakan norma tes menjadi 95 subjek yaitu 1 subjek kategori tinggi sekali, 38 subjek kategori tinggi dan 56 subjek kategori sedang. *Purposive sampling* merupakan pengambilan sampel berdasarkan kriteria yang diinginkan untuk menentukan jumlah sampel yang akan dianalisis dalam penelitian.

Instrumen pengumpulan data menggunakan skala psikologi dengan jenis model *Likert*. Skala terbagi menjadi dua pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Kedua skala *likert* tersebut subjek diminta untuk menjawab pernyataan berdasarkan kategori respon yang akan diberikan

yaitu (SS) Sangat Setuju, (S) Setuju, (TS) Tidak Setuju, (STS) Sangat Tidak Setuju. Skala *forgiveness* disusun berdasarkan teori dari McCullough (1998) yang dimana telah menyebutkan 2 aspek yakni *avoidance motivation* dan *revenge motivation*. Skala *forgiveness* terdiri dari 32 aitem dan Skala *psychological well-being* disusun berdasarkan teori menurut Ryff (2005) yang dimana telah menyebutkan 6 aspek yakni *self-acceptance*, *positive relationship with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose of life*, dan *personal growth*. Skala *psychological well-being* terdiri dari 36 aitem.

Penelitian menggunakan google form dalam menyebarkan kuisisioner secara online. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan korelasi non parametrik Spearman-rho untuk menguji hubungan antara *forgiveness* dengan *psychological well-being* pada korban kekerasan dalam pacaran.

C. Hasil

Tabel 1. Uji Normalitas

Variabel	Z Kolmogorov Smirnov	p	Keterangan
<i>Forgiveness -Psychological well-being</i>	0.167	0.000	Tidak Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas antara variabel *forgiveness* dengan *psychological well-being* yang dilakukan di *kolmogorov-smirnov* diperoleh $p = 0.000$ ($p < 0.05$) sehingga dapat dikatakan bahwa variabel *forgiveness* dengan *psychological well-being* berdistribusi tidak normal.

Tabel 2. Uji Linieritas

Hubungan	F Deviation From Linearity	p	Keterangan
<i>Forgiveness -Psychological well-being</i>	3.033	0.000	Tidak Linier

Berdasarkan hasil uji linieritas yang telah dilakukan antara variabel *forgiveness* dengan *psychological well-being* menunjukkan $p = 0.000$ ($p < 0.05$) sehingga dapat dikatakan bahwa variabel *forgiveness* dengan *psychological well-being* terdapat hubungan yang tidak linier.

Tabel 3. Uji Korelasi Spearman Brown

Variabel	Rxy	Sig	Keterangan
<i>Forgiveness -Psychological well-being</i>	0.695	0.000	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan teknik korelasi *Spearman Brown* yang telah dilakukan maka diketahui bahwa *forgiveness* dengan *psychological well-being* memiliki koefisien korelasi sebesar 0.695, dengan nilai signifikansi $p = 0.000$ ($p < 0.01$). Hasil nilai uji korelasi menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara *forgiveness* dengan *psychological well-being* pada korban kekerasan dalam pacaran.

Tabel 4. Norma Tes Forgiveness

No	Kategori	Norma	Frekuensi
1	Tinggi Sekali	118 Keatas	1
2	Tinggi	105 - 117	26
3	Sedang	93 - 104	47
4	Rendah	80 - 92	17

5	Rendah Sekali	0 - 79	4
---	---------------	--------	---

Berdasarkan hasil tabel norma tes skala *forgiveness* menunjukkan bahwa 56 perempuan korban kekerasan dalam pacaran pada kategori sedang yang mempunyai arti bahwa perempuan korban kekerasan dalam pacaran memiliki *forgiveness* yang sedang.

Tabel 5. Norma Tes *Psychological well-being*

No	Kategori	Norma	Frekuensi
1	Tinggi Sekali	134 Keatas	0
2	Tinggi	120 - 133	30
3	Sedang	105 - 119	50
4	Rendah	90 - 104	10
5	Rendah Sekali	0 - 89	5

Berdasarkan hasil tabel norma tes skala *psychological well-being* menunjukkan bahwa 50 perempuan korban kekerasan dalam pacaran pada kategori sedang yang mempunyai arti bahwa perempuan korban kekerasan dalam pacaran memiliki *psychological well-being* yang sedang.

D. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data dengan korelasi sederhana non parametrik *Spearman-rho* pada penelitian ini diperoleh bahwa terdapat hubungan positif antara *forgiveness* dengan *psychological well-being* pada korban kekerasan dalam pacaran yang artinya, semakin tinggi *forgiveness* yang dimiliki perempuan dewasa awal korban kekerasan dalam pacaran maka semakin tinggi *psychological well-being* pada perempuan dewasa awal korban kekerasan dalam pacaran. Begitupun sebaliknya, semakin rendah *forgiveness* yang dimiliki perempuan dewasa awal korban kekerasan dalam pacaran, maka semakin rendah *psychological well-being* pada perempuan dewasa awal korban kekerasan dalam pacaran.

Berdasarkan hasil tabel norma tes menunjukkan bahwa *forgiveness* mempengaruhi *psychological well-being*, karena perempuan mempunyai *forgiveness* kategori sedang maka akan mempunyai *psychological well-being* kategori sedang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Angela, dkk (2021) bahwa ada hubungan positif antara *forgiveness* dengan *psychological well-being* pada korban kekerasan dalam rumah tangga. Penelitian yang dilakukan Juwita dan Kustanti (2018) bahwa ada hubungan positif antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis pada korban perundungan.

Perbedaan hasil penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah memiliki hasil uji hipotesis yang lebih tinggi dibandingkan dengan penelitian sebelumnya yaitu terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis pada korban kekerasan pasangan intim, dan secara deskriptif. Temuan menunjukkan bahwa korban kekerasan pasangan intim memiliki tingkat pemaafan sedang dan kesejahteraan psikologis sedang. Hipotesis dalam penelitian ini diterima, bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *forgiveness* dengan *psychological well-being* pada korban kekerasan dalam pacaran. Semakin tinggi *forgiveness* maka semakin tinggi *psychological well-being*, dan begitupun sebaliknya.

E. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif antara *forgiveness* dengan *psychological well-being* pada korban kekerasan dalam pacaran dengan partisipan 95 responden korban kekerasan dalam pacaran, menunjukkan bahwa semakin tinggi *forgiveness* maka semakin tinggi juga *psychological well-being* yang dirasakan oleh korban kekerasan dalam pacaran.

Saran bagi subjek lebih meningkatkan pemaafan. *forgiveness* suatu proses yang bisa memperbaiki hubungan yang tidak baik dan bisa meningkatkan *psychological well-being*, karena melakukan *forgiveness* maka suasana hati atau keadaan perasaan korban bisa lebih tenang, tidak memendam amarah dalam dirinya, supaya bisa terciptanya *psychological well-being* yang baik. Bagi peneliti selanjutnya, mampu lebih mengembangkan penelitian ini seperti dapat menggunakan subjek penelitian yang berbeda, mencari subjek dengan pengalaman kekerasan dalam pacaran yang didapatkan dan berapa lama kejadian kekerasan dalam pacaran itu terjadi, maupun metode penelitian yang berbeda dari penelitian - penelitian terdahulu. Untuk mengkaji terkait faktor - faktor yang diduga bisa mempengaruhi *psychological well-being* seperti jenis kelamin, usia, status ekonomi sosial, budaya, dukungan sosial, *locus of control*, pengalaman hidup, *religiusitas*.

Referensi

- Aderson, D.K. (2001). *Predicting long-term psychological well-being in women who have left their abusive partners. A Dissertation Submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of doctor of philosophy in The University of Michigan.*
- Angela, M., Felicia, F., & Cipta, F. (2021). Hubungan Antara Forgiveness dan Psychological Well-being pada Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 2(1), 61-67.
- Ansara, D.L., & Hindin, J.L. (2011). Psychosocial Consequences of Intimate Partner Violence for Women and Men in Canada. *Journal of Interpersonal Violence*, 26 (8), 1628–1645.
- Bono, Giacomo, dkk (2007). Forgiveness, Feeling Connected to Others, and Well-Being: Two Longitudinal Studies. *the Society for Personality and Social Psychology, Inc University of Miami* 20(10) 1-14.
- Callahan, R.M., Tolman, R.M., & Saunders. D.G. (2003). Adolescent Dating Violence Victimization and Psychological Well-Being. *Journal of Adolescent Research*, 18 (2), 664-681.
- Devy, O. C., & Sugiasih, I. (2018). Kesejahteraan psikologis pada remaja perempuan korban kekerasan dalam pacaran ditinjau dari rasa syukur dan harga diri. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 12(2), 43-52.
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2000) *Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope.* Washington: APA Books.
- Fanner, N. (2010). *The lived experience of forgiveness/unforgiveness in victims of violent crime: an empirical phenomenological study* (Doctoral dissertation).
- Guidi, E., Magnatta, G., & Meringolo, P. (2012). Teen dating violence: The need for early prevention. *Progettouguadi.It*, May 2012, 181–196.
- Juwita, V. R., & Kustanti, E. R. (2018). Hubungan antara pemaafan dengan kesejahteraan psikologis pada korban perundungan. *Jurnal Empati*, 7(1), 274-282.
- Kaukinen, C. (2014). Dating violence among college students: The risk and protective factors. *Trauma, violence, & abuse*, 15(4), 283-296.
- KOMNAS Perempuan. (2019). Korban Bersuara, Data Bicara Sahkan RUU Penghapusan Kekerasan Seksual sebagai Wujud Komitmen Negara: Catatan Kekerasan terhadap Perempuan. Catatan Tahunan Tentang Kekerasan Terhadap Perempuan, 123.
- Natasya, G. Y., & Susilawati, L. K. P. A. (2020). Pemaafan Pada Remaja Perempuan Yang Mengalami Kekerasan Dalam Pacaran. *Psikobuletin. Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(3), 169-177.
- Parker, G., & Lee, C. (2007). Relationships Among Abuse Characteristics, Coping Strategies, and Abused Women's Psychological Health A Path Model. *Journal of Interpersonal Violence*, 22 (9), 1184- 1198.
- Rabeno, S. (2018). Intimate relationships, marriages, and families. *Social Work Education*, 37(8)

- Raj, P., S, E. C., & P, P. (2016). Mental health through forgiveness: *Exploring the roots and benefits. Cogent Psychology*, 3(1), 1–38.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Ryff, C.D., & Keyes, L.M. (1995). The Structure of Psychological well-being Revisited: *Journal of Personality and Social Psychology* 69(4), 719-727.