

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Masa dewasa awal adalah masa saat individu mulai memasuki masa dewasa dan meninggalkan masa remaja. Menurut Erikson (Feist & Feist, 2010), dewasa awal adalah masa dari sekitar usia 19 – 30 tahun. Masa ini ditandai dengan krisis psikososial yaitu *intimacy versus isolation*. Krisis ini menjadi persoalan utama pada dewasa awal. Bila individu tidak dapat menjalin komitmen pribadi dengan orang lain, mereka berisiko menjadi terisolasi dan terpaku pada diri sendiri. Erikson (dalam Papalia, 2013) juga memandang perkembangan hubungan yang intim sebagai tugas penting masa dewasa awal. Pada masa ini individu memutuskan apakah mereka akan menikah atau hanya menjalin hubungan pacaran, dan memiliki anak atau tidak (Lambeth & Hallet dalam Papalia, 2013).

Hubungan sosial adalah bagian penting dari kehidupan yang sehat. Penelitian secara konsisten menunjukkan bahwa hubungan sosial sangat penting untuk kesehatan mental dan fisik. Orang-orang yang memiliki hubungan yang sehat memiliki hasil kesehatan yang lebih baik, lebih cenderung terlibat dalam perilaku sehat, dan memiliki risiko kematian yang menurun (Umberson & Montez, 2010). Hubungan yang sehat merupakan hubungan yang setara dan adil di antara semua pihak yang terlibat di dalamnya. Dalam artian, semua orang memiliki kedudukan yang sama dan tidak ada yang lebih tinggi dibandingkan pihak lainnya. Namun, bukan berarti mereka yang posisinya yang lebih tinggi memiliki kekuasaan untuk menekan, atau sebaliknya. Menurut Ardillah (2019), hubungan yang sehat memiliki

beberapa aspek diantaranya komunikasi yang positif, adanya kepercayaan, saling menghargai dan menghormati, serta memberikan kebebasan dan dukungan pada pasangan untuk tetap dapat berkarya dengan caranya masing-masing.

Hubungan yang sehat dapat berubah seiring waktu. Ketika stres, khususnya, dapat menyebabkan perilaku tidak sehat dan mekanisme *coping* yang dapat menciptakan masalah. Suatu hubungan tidak sehat ketika perilaku tertentu berbahaya bagi satu atau kedua individu. Hubungan yang tidak sehat didasarkan pada kekuatan dan kontrol, bukan kesetaraan dan rasa hormat. Pada saat inilah *abusive relationship* kemungkinan akan terjadi. *Abusive relationship* adalah suatu hubungan yang disertai dengan tindak kekerasan yang dilakukan dan ditujukan kepada pasangan. *Abusive relationship* mencakup bukan hanya kekerasan secara fisik, namun juga secara emosional, verbal, dan seksual. Pada tahap awal *abusive relationship*, individu mungkin tidak berpikir bahwa perilaku tidak sehat itu adalah masalah besar. Namun, sikap posesif, penghinaan, teriakan, mendorong atau perilaku kasar lainnya adalah pada dasarnya merupakan penguasaan dan kontrol.

Menurut CATAHU Komnas Perempuan 2019, ranah yang paling berisiko terjadinya kekerasan terhadap perempuan, yaitu kekerasan dalam ranah personal, diantaranya perkawinan atau dalam rumah tangga (KDRT) dan dalam hubungan pacaran yaitu sebesar 75% atau 11.105 kasus. Jumlah ini meningkat dibanding tahun lalu yang sebesar 71% atau 9.637 kasus. Ranah pribadi secara konsisten menempati angka tertinggi KTP (Kekerasan Terhadap Perempuan) yang dilaporkan selama 5 tahun terakhir dan tidak sedikit diantaranya mengalami kekerasan seksual.

Data ini masih merupakan fenomena gunung es, yang dapat diartikan bahwa dalam situasi yang sebenarnya, kondisi perempuan Indonesia jauh mengalami kehidupan yang tidak aman.

Menurut Nabila (2018), kekerasan dilihat sebagai ungkapan dari kekuatan sosial dan menjadi cara bagi laki-laki untuk mengatur dan mendominasi perempuan sebagai pasangannya. Dominasi laki-laki terhadap perempuan bisa menjadi sedemikian agresif ketika perempuan terlihat tidak berdaya. Akan tetapi, tidak berarti korban *abusive relationship* selalu perempuan. Laki-laki juga pernah dan berisiko menjadi korban dalam hubungan yang dijalannya. Lancer (2017) juga berpendapat bahwa pelaku kekerasan biasa melakukan aksinya di ruang tertutup, dan mereka pun akan menyangkal tindakan mereka dengan cara menyalahkan korban. Pada situasi inilah pelaku biasanya memanfaatkan rasa takut, rasa bersalah, malu, dan mengintimidasi untuk mengendalikan korban. Ada banyak tanda-tanda dalam *abusive relationship*, misalnya pasangan yang meremehkan atau mencoba mengendalikan, perasaan membenci diri sendiri, tidak berdaya, dan putus asa. Pada akhirnya, korban akan merasa takut tidak dicintai, sehingga ini melahirkan perasaan tidak aman, dan pada akhirnya memilih untuk bertahan dengan pasangan yang *abusive* ini.

*Abusive relationship* akan selalu menimbulkan dampak, terlebih untuk korban. Dampak tersebut meliputi dampak fisik, psikis dan juga sosial. Dampak fisik dari yang dapat terlihat dari korban antara lain adalah tubuh menjadi luka-luka, baik ringan maupun parah. Kekerasan akan selalu berdampak negatif dan akibat yang paling fatal adalah luka psikologis yang memerlukan waktu penyembuhan

cukup lama dan tidak dapat dipastikan. Selanjutnya, Marcelina (dalam Talise, dkk., 2016) dalam penelitiannya menemukan bahwa dampak psikologis yang terjadi pada korban kekerasan adalah kecemasan, rasa bersalah, keaburan identitas, kesedihan dan depresi, serta rasa malu. Selain itu, Tisyah & Rochana (2013) juga menjelaskan bahwa ada dampak sosial yang dialami perempuan korban kekerasan yaitu bahwa posisi perempuan menjadi lemah dalam hubungan dengan laki-laki. Meskipun membawa dampak negatif bagi kondisi korban, sebagian korban kekerasan dalam pacaran justru memilih untuk bertahan atau bahkan kembali kepada pasangannya. Menurut penelitian Yuliani & Fitria (2017), sebanyak 141 orang (60,8%) yang menjalani hubungan romantis tidak pernah mengakhiri hubungan dan memilih bertahan dalam hubungan yang penuh kekerasan.

Walker (dalam Hill, 2019) menyatakan bahwa perempuan yang mengalami kekerasan memiliki sindrom unik yang sebagian besar ditandai dengan *learned helplessness* atau ketidakberdayaan yang dipelajari. Walker menarik kesimpulan ini dari psikolog Martin Seligman, yang menemukan bahwa anjing yang dikurung dalam kandang dan mengalami sengatan listrik pada interval yang tidak terduga dari waktu ke waktu, akan berhenti mencoba untuk melarikan diri dan alih-alih menjadi patuh, pasif, dan tunduk.

Dalam konteks *abusive relationship* juga dikalahkan oleh siklus kekerasan; pertama membangun ketegangan, kemudian fase kekerasan, setelahnya fase penyesalan, dan diikuti fase *honeymoon*. Pada fase penyesalan, pelaku merasa bersalah dan meminta maaf. Permintaan maaf dan kebaikan-kebaikan dari pelaku menjadi pemicu korban sulit melepaskan diri. Pelaku bahkan membuat korban

percaya bahwa korban adalah satu-satunya orang yang dapat membantu dan mengubah perilaku pelaku. Fase penyesalan ini diikuti dengan fase *honeymoon*. Pada peralihan fase inilah muncul harapan bahwa kekerasan akan berhenti. Namun, pada kenyataannya fase ini terus-menerus berulang. Dengan setiap pengulangan siklus, motivasi perempuan untuk menolak berkurang; dia menjadi pasif, percaya bahwa dirinya tidak pandai untuk mengubah sesuatu, dan rentan terhadap depresi serta kecemasan. Menurut Walker (dalam Hill, 2019), alasan korban bertahan dengan pelaku adalah karena tidak menemukan cara untuk melarikan diri. Siklus ini dibungkus dengan keyakinan korban sebagai rasa cinta dan komitmen pada pelaku. Dan ketika korban memilih bertahan, bahaya sedang mengintai mereka.

Graham, seorang psikolog dan feminis (Adorjan, dkk., 2012), berperan penting dalam mempromosikan sebuah gagasan bahwa perilaku yang diperlihatkan seorang perempuan korban kekerasan, terutama mereka yang menyangkal status mereka sebagai korban atau memilih bertahan dengan pasangannya, konsisten dengan istilah yang dinamakan *stockholm syndrome*. *Stockholm syndrome* adalah suatu kondisi paradoks psikologis di mana timbul ikatan emosional yang kuat antara korban terhadap pelaku kekerasan. Ikatan ini meliputi rasa cinta korban terhadap pelaku, melindungi pelaku yang telah menganiayanya, menyalahkan diri sendiri sebagai penyebab kekerasan, dan menyangkal atau meminimalisir kekerasan yang terjadi (Graham, dkk., 1994). *Stockholm syndrome* dinamai setelah perampokan Kreditbanken di Stockholm, Swedia. Istilah ini diciptakan oleh seorang kriminolog dan psikiater Nils Bejerot (Nair, 2015).

*Stockholm syndrome* juga dianggap sebagai bentuk *coping* terhadap kekerasan yang terjadi dan merupakan mekanisme bertahan hidup. Strentz (dalam Adorjan, dkk., 2012) menjelaskan bahwa dalam situasi di mana individu memiliki ketakutan tentang hidup mereka, kebutuhan korban untuk bertahan hidup lebih kuat daripada dorongannya untuk membenci dan melawan orang yang telah melakukan kekerasan terhadapnya. Hal ini menghasilkan suatu bentuk transferensi atau identifikasi patologis tertentu, di mana korban menjadi terikat secara emosional pada pelaku kekerasan. Menurut Logan (2018), hasil dari mekanisme bertahan hidup ini akan mengakibatkan korban kehilangan *self-esteem*, kepercayaan diri, dan energi psikologis, serta depresi.

*Stockholm syndrome* dapat berkembang dalam *abusive relationship* melalui empat faktor kondisi yaitu adanya ancaman yang dirasakan korban baik secara fisik maupun psikologis, ketidakberdayaan korban melarikan diri dari pelaku, adanya isolasi seperti pelaku melarang korban untuk berhubungan dengan orang lain di sekitarnya, dan adanya kebaikan-kebaikan dalam bentuk apapun yang dirasakan korban dari pelaku (Graham, dkk., 1994). Keempat kondisi tersebut mendukung berkembangnya *stockholm syndrome* yang kemudian akan membentuk ikatan yang tidak sehat antara korban dan pelaku. Selain keempat kondisi tersebut, komponen penting lain yaitu adanya distorsi kognitif pada diri korban kekerasan. *Stockholm syndrome* tidak dapat muncul tanpa adanya distorsi kognitif dalam diri korban (Graham, dkk., 1994 ).

Gangguan kognitif atau yang lebih dikenal dengan distorsi kognitif (Burns dalam Pepe & Santoso, 2016) adalah sesuatu yang dapat dialami oleh individu

terdiri dari penyimpangan pemikiran-pemikiran, antara lain seperti *personalization*, *over generalization*, filter mental, *mind reading*, *must statement*, *minimization* dan lain sebagainya. Secara khusus, pikiran otomatis individu secara tidak sadar berpengaruh dalam proses pengembangan kepribadian. Pikiran seperti itu merupakan aspek kognitif yang penting dalam memahami bagaimana individu membuat pilihan dan menarik kesimpulan yang ada di dalam pikirannya. Distorsi kognitif inilah yang menjadi alasan mengapa korban sulit melepaskan diri dari hubungan, karena korban terus-menerus melihat sisi baik dari perilaku pelaku (Carver dalam Yuliani & Fitria, 2017). Demikian juga ketika pelaku melakukan kekerasan, teror, dan ancaman pada diri korban, distorsi kognitif menimbulkan harapan bahwa suatu saat kekerasan tersebut dapat berakhir ketika pelaku diberikan cinta dan perhatian penuh oleh korban (Sekarlina & Margaretha, 2013). Karenanya *stockholm syndrome* dianggap mekanisme pertahanan diri yang diadopsi oleh korban untuk melindungi diri dari tekanan ekstrem dan ketakutan akan ancaman yang dirasakan korban dari pelaku. Nair (2015) juga berpendapat bahwa para korban menumbuhkan rasa percaya, dengan mengembangkan ikatan emosional dengan pelaku akan memastikan kelangsungan hidup mereka dan sikap kebaikan kecil dari pelaku membuat korban melihat pelaku dalam sudut pandang yang lebih positif.

Hal ini selaras dengan studi pendahuluan peneliti melalui wawancara (19 Januari 2020) dengan salah satu korban *abusive relationship* yang bahkan hingga memutuskan untuk menikah dengan pelaku. Subjek bernama AF ini mengalami kekerasan secara fisik dan emosional. AF selalu menyalahkan dirinya sendiri ketika

kekerasan itu terjadi. AF juga tidak mengindahkan nasihat dari teman-teman dan keluarganya untuk meninggalkan pelaku dan hubungan tersebut. AF bahkan tidak pernah membalas perlakuan kasar pelaku, melainkan mencurahkan segala perhatian dan kasih sayangnya. Alasan AF bertahan dalam hubungan adalah karena rasa cinta pada pelaku.

Dalam konteks kekerasan, *stockholm syndrome* membuat korban bersikap berlawanan dengan intuisi dan tidak rasional. Hal-hal tentang bagaimana seharusnya individu merasakan dan berperilaku, dan bagaimana respon seharusnya terhadap peristiwa-peristiwa yang terjadi di dalam *abusive relationship*. Misalnya korban menganggap dirinya tidak bersalah dan pelaku kekerasan sebagai penjahat, serta korban berani mengakhiri hubungan dan menunjukkan kelegaan dan rasa terima kasih ketika *abusive relationship* berakhir. Namun, menurut Adorjan dkk. (2012), hanya korban yang tidak normal yang merespon dengan cara paradoks. Hal ini dapat dijelaskan oleh istilah *stockholm syndrome*. Dengan kata lain, respon apapun selain respon yang memenuhi ekspektasi normatif dianggap sebagai manifestasi kondisi psikopatologis. Hal-hal seperti pemikiran rasional dan penilaian yang sehat seringkali disangkal oleh korban.

Walaupun *stockholm syndrome* bukanlah diagnosis psikologis atau penyakit mental yang diakui dalam DSM-5, tetapi ini adalah cara klinis untuk menjelaskan gejala unik yang ditunjukkan oleh beberapa korban penculikan atau kekerasan. Banyak perempuan yang mengalami kekerasan dan diisolasi dari keluarga dan teman-teman mereka, bahkan selalu mengaku mencintai dan peduli terhadap pelaku kekerasan. Hal ini pun yang menjadikan banyak korban kekerasan

sulit melepaskan diri dari pasangan dan memilih bertahan dalam hubungan yang tidak sehat tersebut. Fenomena inilah yang mengarahkan peneliti bahwa banyak wanita dalam situasi kekerasan mungkin mengalami *stockholm syndrome*. Berdasarkan permasalahan yang dipaparkan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih dalam mengenai gambaran dinamika *stockholm syndrome* pada perempuan dewasa awal dalam *abusive relationship*.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalahnya adalah bagaimana gambaran dinamika *stockholm syndrome* pada perempuan dewasa awal dalam *abusive relationship*?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, tujuan dalam penelitian ini adalah menggambarkan dan memahami lebih dalam mengenai dinamika *stockholm syndrome* pada perempuan dewasa awal dalam *abusive relationship*

## 1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini adalah :

### a. Manfaat Teoritis

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambahkan khasanah ilmu, khususnya dalam ilmu Psikologi terutama terkait dengan *stockholm syndrome* dan *abusive relationship*. Dengan bertambahnya khasanah ilmu, harapannya akan dapat dikembangkan penelitian lanjutan dalam topik yang sama maupun berbeda.

2. Membantu perkembangan ilmu pengetahuan dan memperkaya teori-teori yang telah ada.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi peneliti, dapat memberikan pengalaman dalam melakukan penelitian tentang permasalahan yang terjadi. Hal ini berkaitan dengan *stockholm syndrome* pada perempuan dewasa awal dalam *abusive relationship*.

2. Bagi pembaca dan khususnya perempuan, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan edukasi terkait hubungan yang sehat dan tidak sehat. Sehingga dapat merefleksikan diri dan lebih rasional dalam menilai suatu jenis hubungan.

