

BAB V

PEMBAHASAN DAN SARAN

1.1 Pembahasan

Hasil penelitian ini akan dibahas berdasarkan teori dan penelitian yang mendukung terhadap tema-tema yang dihasilkan. Adapun pembahasan dari penelitian ini akan dibahas sebagai berikut:

1.1.1 Faktor-Faktor *Stockholm Syndrome*

Berdasarkan hasil analisis data di atas, dapat dilihat bahwa kedua subjek menunjukkan adanya *Stockholm syndrome*. Hal ini dapat dicirikan dari adanya ikatan emosional yang kuat antara subjek dengan pasangannya, ikatan ini berupa rasa sayang dan cinta. Kedua subjek mengakui rasa sayang dan cintanya tidak berubah meskipun pasangannya berkali-kali melakukan pengkhianatan bahkan kekerasan. Hal ini selaras dengan pengertian *Stockholm syndrome* menurut Graham, dkk. (1994) yaitu suatu kondisi paradoks psikologis di mana timbul ikatan emosional yang kuat antara korban terhadap pelaku kekerasan. Ikatan ini meliputi rasa cinta korban terhadap pelaku. Selain adanya ikatan emosional yang kuat, terdapat empat faktor pendukung berkembangnya *Stockholm syndrome* yang dimiliki oleh kedua subjek.

Faktor pertama yaitu adanya ancaman secara psikologis terhadap subjek. Menurut Carver (2009) ada beberapa bentuk ancaman diantaranya ancaman secara langsung, tidak langsung, dan memperlihatkan kekerasan pada objek lain. Ancaman secara langsung yaitu mengancam hidup subjek atau kehidupan teman dan keluarga subjek. Bentuk ancaman yang tidak langsung yaitu pelaku memberikan ancaman

halus seperti larangan untuk tidak pernah meninggalkan pelaku atau memiliki pasangan lain. Yang terakhir yaitu memperlihatkan kekerasan atau agresi yang juga merupakan ancaman yang dirasakan korban pada objek lain. Memperlihatkan kekerasan yang diarahkan pada sesuatu di luar subjek, atau pihak ketiga, hal ini dengan jelas mengirimkan pesan kepada subjek bahwa subjek bisa menjadi target berikutnya dalam mendapatkan kekerasan. Persamaan bentuk ancaman yang didapatkan kedua subjek adalah bentuk ancaman tidak langsung. Masing-masing pasangan mengancam subjek untuk tidak berdekatan dan menjalin hubungan dengan laki-laki lain selain dirinya. Hal ini terjadi beberapa kali setelah subjek memutuskan status hubungan dengan pasangan. Selain ancaman tidak langsung, S1 juga merasakan ancaman secara langsung seperti pembalasan dendam untuk membongkar semua perilaku buruk subjek pada orangtuanya.

Faktor kedua pendukung berkembangnya *Stockholm syndrome* yaitu ketidakmampuan untuk melarikan diri. Setelah kedua subjek mendapatkan ancaman dari pasangan, hal ini membuat subjek menjadi kesulitan untuk melarikan diri dari pasangan. Menurut Barnett, dkk. (dalam Whiting, 2016) ancaman dalam bentuk keselamatan fisik ataupun emosional digunakan oleh pasangann untuk mengendalikan dan membuat korban terjebak dalam hubungan. S1 yang mendapat ancaman balas dendam dan S2 yang mendapat ancaman pemutusan hubungan jika tidak mematuhi keinginan pasangan ini lah yang membuat keduanya merasa ketakutan yang akhirnya sulit melarikan diri dari hubungan dan memilih bertahan. Walker (dalam Hotifah, 2011) mendeskripsikan bahwa korban kekerasan sering berada dalam situasi *learned helplessness*, yaitu mereka belajar bahwa upaya-upaya

mereka untuk mengendalikan, menghindari atau melarikan diri dari situasi ternyata tidak berhasil. Hal ini akhirnya muncul perasaan tidak berdaya dan keyakinan bahwa tidak ada satupun yang dapat dilakukannya untuk mengubah keadaan.

Faktor ketiga pendukung berkembangnya *Stockholm syndrome* yaitu adanya isolasi dari pasangan. Dalam *abusive relationship* di mana hubungan tersebut terdapat relasi kuasa. Pelaku akan mengontrol apapun mengenai subjek. Seperti pada S2 yang dilarang untuk dekat dan menjalin hubungan dengan laki-laki lain selain dirinya. S1 pun demikian, tetapi pasangan juga melarang subjek untuk berteman dengan sahabatnya yang selalu mendukung hubungan mereka berakhir. Isolasi ini akan membuat subjek melihat dunia dari perspektif pasangan. Menurut Carver (2009) isolasi juga akan membuat subjek meminimalkan hal-hal yang dapat membuat pasangan marah dan menimbulkan konflik. Dalam hal ini juga subjek dapat mengorbankan aspek-aspek kehidupannya demi pasangan.

Faktor keempat pendukung berkembangnya *Stockholm syndrome* yaitu adanya kebaikan-kebaikan yang dirasakan subjek dari pasangan. Dalam salah satu siklus kekerasan ada yang dinamakan *honeymoon phase* yaitu suatu kondisi di mana konflik atau kekerasan mereda dan pelaku tidak lagi melakukan kekerasan. Situasi ini pelaku seringkali melakukan banyak hal seperti meminta maaf dan berjanji tidak akan mengulangi perbuatannya serta akan berubah. Selain itu, pelaku juga memberikan kebaikan-kebaikan dalam bentuk apapun seperti memberi hadiah atau bersikap lembut. Kebaikan-kebaikan ini membuat subjek melihat sisi positif dari pelaku dan menumbuhkan harapan bahwa kekerasan akan berakhir (Carver dalam

Yuliani & Fitria, 2017). Faktor ini lah yang membuat kedua subjek kembali mempercayai dan luluh pada pelaku.

Ketika keempat kondisi faktor pendukung berkembangnya *stockholm syndrome* hadir pada seorang individu, kemungkinan usaha pemisahan yang dilakukan individu tersebut secara psikologis akan menjadi sulit (Graham, 1994). Hal ini yang ditunjukkan pada kedua subjek. Keduanya memiliki keempat faktor tersebut, dan usaha kedua subjek untuk menjauh dari masing-masing pasangan menjadi sulit meskipun mampu memutuskan status hubungan. Tiga dari empat faktor pendukung berkembangnya *stockholm syndrome* (adanya ancaman secara psikologis pada subjek, ketidakmampuan untuk melarikan diri, dan kebaikan dari pasangan) menyangkut persepsi subjek dan bukan kondisi objektif subjek. Jika subjek tidak memahami kondisi objektifnya, maka hal tersebut tidak akan memengaruhi pemikiran dan perilakunya yang paradoks.

1.1.2 Aspek-Aspek *Stockholm Syndrome*

Aspek-aspek *Ssockholm syndrome* — sikap, kepercayaan, dan perilaku disusun Graham (1994) menjadi sembilan indikator utama yang berfungsi sebagai panduan untuk mengidentifikasi keberadaan sindrom ini. Dari kedua subjek menunjukkan tujuh dari sembilan indikator utama. Indikator-indikator utama ini bersifat kontinum, dalam artian bahwa setiap indikator muncul dalam derajat. Ketujuh indikator utama tersebut adalah sebagai berikut:

a. Subjek menyangkal kekerasan yang terjadi

Pada subjek yang mengalami kekerasan, ketika diwawancarai mengenai kekerasan tersebut jawabannya adalah antara mengakui atau menyangkal adanya

kekerasan. Dalam hal ini penyangkalan yang dilakukan subjek termasuk meminimalkan dan merasionalisasi kekerasan yang terjadi dan menyangkal kemarahan subjek terhadap pasangan yang melakukan kekerasan. Meminimalkan kekerasan seperti menyalahkan diri sendiri. Ini sebagai bentuk penghindaran dalam mendefinisikan dirinya sebagai korban kekerasan.

S1 dan S2 menganggap bahwa perilaku pasangan adalah hasil dari masa lalu pasangan. Pasangannya adalah korban dari masa lalu. S2 bahkan menyalahkan dirinya sendiri bahwa ia pantas mendapatkan perilaku kasar tersebut karena kesalahannya di masa lalu. Penyangkalan adalah salah satu bentuk *coping* yang digunakan korban kekerasan sebagai upaya untuk mengatasi kecemasan yang sedang dihadapinya. Menurut Carver (dalam Putri, 2012), menyangkal adalah bentuk penolakan untuk percaya bahwa suatu stresor itu ada, atau mencoba bertindak seolah-olah stresor tersebut tidak nyata.

b. Subjek terikat secara emosional dengan pasangan

Selama siklus kekerasan terus-menerus berlangsung dalam pola hubungan kedua subjek, hal ini akan menimbulkan kebingungan ketika pasangan berubah menjadi baik dan bersikap lembut. Harapan-harapan akan tumbuh dan memaafkan adalah pilihan yang seringkali dilakukan subjek. Memaafkan juga merupakan suatu *coping* yang biasa dilakukan oleh korban kekerasan. Pemaafan dapat membuat individu lebih menerima apa yang sudah terjadi, membuat diri merasa lebih baik dan menahan diri dari amarah yang berlebih (Sholikhah & Masykur, 2020). Namun, pemaafan terus-menerus tanpa adanya perbaikan juga memperlihatkan bahwa subjek secara tidak langsung mendukung segala perlakuan kasar pasangan. Ini lah

yang dilakukan kedua subjek, yaitu memaafkan. Mereka merasa kasihan dan sayang apabila berperilaku tidak baik pada pasangan. Kedua subjek bahkan berkali-kali mengungkapkan bahwa rasa “sayang” yang dimiliki mereka tidak berubah meskipun segala perlakuan kasar pasangan tetap didapatkan subjek.

Ikatan emosional ini merupakan sebuah distorsi. Distorsi kognitif dapat juga terjadi karena gairah fisiologis yang disebabkan oleh rasa takut diinterpretasikan sebagai bentuk ketertarikan (Walster, 1971, Graham, dkk., 1995, dalam Sekarlina & Margaretha, 2013). Nair (2015) juga berpendapat bahwa para korban menumbuhkan rasa percaya, dengan mengembangkan ikatan emosional dengan pelaku akan memastikan kelangsungan hidup mereka dan kebaikan kecil dari pelaku membuat korban melihat pelaku dalam sudut pandang yang lebih positif. Ikatan antara subjek dan pasangan ini bukanlah bentuk cinta yang sehat, karena hasil dari ikatan tersebut menjadikan keadaan hubungan yang tidak sehat pula.

c. Subjek menunjukkan gejala trauma berkepanjangan

Beberapa korban kekerasan pada umumnya akan menunjukkan beberapa gejala yang muncul setelah kekerasan terjadi dan mungkin bertahan setelahnya, seperti ketakutan dan kecemasan. Gejala lainnya juga muncul tetapi tidak bertahan lama seperti depresi dan kemarahan. Kemudian disusul gejala lain yang berkaitan dengan efek jangka panjang seperti masalah harga diri. Gejala ini lebih mengarah pada dampak kekerasan yang dialami subjek dalam hubungan.

Kedua subjek lebih dominan dalam menunjukkan masalah *self esteem*. Keduanya seringkali menyalahkan dirinya sendiri ketika mengungkapkan

kekerasan yang dialaminya. Hasil penelitian Aguilar & Nightingale (dalam Putri, 2012) menemukan bahwa perempuan yang mengalami kekerasan memiliki *self esteem* yang rendah bila dibandingkan dengan perempuan yang tidak mengalami kekerasan.

d. Subjek berusaha membuat pasangan senang

Ketika konflik mereda dan pasangan menunjukkan kebaikan-kebaikan dalam bentuk apapun, subjek akan berusaha membuat sikap baik pasangan terus berlanjut. Menurut Graham (1994), ini adalah bentuk upaya perempuan agar pasangan berhenti melakukan kekerasan. Weitz (dalam Nelson & Brown, 2009) juga berpendapat bahwa perempuan menggunakan *female monitoring mechanism* dalam upaya menyesuaikan karakter dan kebutuhan laki-laki saat berkomunikasi. Perempuan juga menyesuaikan perilakunya agar sesuai dengan kebutuhan laki-laki terutama laki-laki yang dominan, dengan demikian membantu para perempuan berinteraksi dengan laki-laki menjadi lancar. Hal ini lah yang dilakukan kedua subjek agar pasangan tetap berperilaku baik dan menjaga hubungan tetap hangat yaitu S1 yang membatasi dirinya dalam berbicara dan bersikap, dan S2 yang selalu patuh dengan permintaan pasangan. Brizendine (2014) pun mengungkapkan bahwa otak perempuan sangat menghindari konflik karena takut akan membuat orang lain marah dan takut kehilangan hubungan.

e. Subjek melihat dunia dari perspektif pasangan

Kedua subjek menyadari bahwa segala hal yang subjek lakukan demi menyenangkan pasangan, meskipun subjek tidak menyukai untuk melakukannya,

membuat subjek tidak menjadi dirinya sendiri. Segala hal yang dilakukannya bukan atas kehendak sendiri, melainkan ada kuasa lain yang mengendalikan.

Ketika suatu hubungan terdapat relasi kuasa, adanya salah satu pihak yang lebih dominan dan satu pihak yang selalu mengalah, hal ini memungkinkan pihak yang selalu mengalah kehilangan *sense of self*. Moss, dkk. (dalam Crawford, dkk., 2009) mengungkapkan bahwa kekerasan dalam rumah tangga berpengaruh terhadap identitas dan *sense of self* seorang perempuan. Seluruh hidupnya bergantung pada hal-hal yang menyenangkan bagi pihak yang dominan. Dalam hal ini, perempuan menjadi pihak yang selalu mengalah. Ia tidak lagi sadar akan perasaan dan pikirannya. Segalanya untuk pasangannya.

f. Subjek melihat orang lain sebagai “orang jahat” dan pasangan sebagai “orang baik”

Ketika kedua subjek mempunyai cara pandang menurut perspektif pasangannya, hal ini pula akan membuat subjek memiliki pandangan yang cukup berbeda mengenai orang lain bahkan menilai pasangannya. Kebaikan-kebaikan yang diberikan pasangan pun berpengaruh terhadap penilaian ini. Kedua subjek memandang negatif orang lain yang mencoba menasihati mengenai hubungannya. Bahkan kedua subjek membela hubungan tersebut. Pemikiran paradoks ini membuat subjek percaya bahwa bertahan dalam hubungan adalah hal yang terbaik untuk hubungannya.

g. Subjek sulit meninggalkan pasangan

Kedua subjek merasa mampu untuk memutuskan status hubungan mereka dengan pasangan, tetapi mereka tidak mampu secara psikologis untuk

meninggalkan pasangan. kedua subjek mengungkapkan bahwa hal yang mendasari mereka sulit meninggalkan pasangan adalah rasa sayang dan kasihan. Perbedaan antara S1 dan S2 adalah S2 merasa sudah kebergantungan secara ekonomi terhadap pasangan, oleh karena itu ia merasa khawatir jika memutuskan hubungan. Menurut Joel, dkk. (dalam 2018) semakin banyak seseorang bergantung terhadap pasangan mereka selama hubungan, semakin kecil kemungkinan individu tersebut untuk memulai perpisahan. Rusbult (dalam Joel, dkk., 2018) juga mengungkapkan mengenai “model investasi” yang membuat individu memilih bertahan dalam hubungan ketika mereka merasa cukup bergantung pada hubungan. Dalam penelitiannya, Carver (2009) juga mengungkapkan hal yang sama mengenai “investasi” yang membuat seorang individu khususnya perempuan bertahan dalam suatu hubungan yang kasar. Investasi ini berupa investasi emosional, sosial, keluarga, keuangan, gaya hidup dan keintiman.

1.1.3 Dampak *Stockholm Syndrome*

Ketika empat faktor pendukung berkembangnya *stockholm syndrome* didapatkan oleh kedua subjek dalam hubungannya, hal ini akan menyebabkan para subjek menggeneralisasi psikodinamika sikap pasangan dalam hubungan mereka dengan orang lain seperti keluarga, teman, atau pasangan baru subjek. Kedua subjek menunjukkan kesamaan pada salah satu dampak *stockholm syndrome* yaitu *splitting*. *Splitting* adalah suatu bentuk mekanisme pertahanan diri. Mekanisme pertahanan ini terjadi ketika kita tidak dapat melihat sisi baik dan buruk pasangan secara bersamaan. Hal ini mendistorsi bagaimana seseorang melihat orang lain (Carbone, 2018). Ketika subjek diperlakukan dengan baik, subjek akan merasa

bahagia dan dicintai. Begitu pula sebaliknya, *splitting* akan memunculkan perasaan buruk pada orang lain yang tidak bisa subjek toleransi. Dalam situasi ini, individu dengan *splitting* melupakan semua aspek baik tentang orang tersebut, tetapi melihat keseluruhan dengan label “buruk”.

Adapun dampak lainnya yang muncul yaitu *dinamika push-pull*. Namun, dampak ini hanya muncul pada S2. Dinamika ini berkembang karena di satu sisi para korban secara alami menjauh (*push* atau ulur) dari orang yang mengancam kelangsungan hidup mereka, tetapi di sisi lain untuk bertahan hidup mereka juga harus terikat (*pull* atau tarik) dengan orang yang mengancam mereka dengan harapan memenangkannya. Subjek akan menggeneralisasi dinamika *push-pull* ini pada hubungan mereka dengan orang lain. Menurut Landi (2016) dinamika *push-pull* dalam hubungan menggambarkan tindakan menarik seseorang hanya untuk mendorong mereka menjauh. *Push* menciptakan keraguan dan ketidakpastian, dan *pull* menciptakan rasa aman dan hangat. Lebih lanjut, Landi (2016) menyebutkan beberapa alasan mengapa seseorang melakukan dinamika *push-pull*, diantaranya adalah takut akan keintiman, takut akan penolakan, takut kehilangan, terlalu banyak pilihan, dan sebagai bentuk menguji pasangan atau orang lain.

1.1.4 *Stockholm Syndrome* Pada Perempuan Dewasa Awal Dalam *Abusive Relationship*

Masa dewasa awal adalah masa dari sekitar usia 19 – 30 tahun Erikson (dalam Feist & Feist, 2010). 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. Demi memenuhi masa perkembangan ini, perempuan dewasa awal kerap kali terjebak di hubungan yang tidak sehat, bahkan dalam *abusive relationship*. *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. Hal ini yang dialami kedua subjek yaitu mereka mengalami kekerasan dalam hubungannya. S1 yang mengalami kekerasan fisik, verbal dan emosional oleh suaminya. Kekerasan pada S1 terjadi sejak masa pacaran hingga pernikahannya. S2 yang mengalami kekerasan verbal, emosional, seksual, dan ekonomi oleh pacarnya.

Dalam hal ini, seringkali korban *abusive relationship* tidak menyadari bahwa dirinya berada dalam jenis hubungan tersebut dan bahkan tetap memilih untuk bertahan. Kedua subjek pun melakukan hal yang sama, yaitu bertahan dalam hubungan meskipun pasangan berulang kali melakukan kekerasan. Graham (dalam Adorjan, dkk., 2012) seorang psikolog dan feminis, 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 dimana timbul ikatan emosional yang kuat antara korban terhadap pelaku kekerasan (Graham, dkk, 1994).

Dalam terbentuk dan berkembangnya *stockholm syndrome* pada seorang individu, khususnya perempuan dalam *abusive relationship*, terlibat beberapa faktor diantaranya 1) adanya ancaman secara psikologis terhadap subjek. Ancaman yang dialami S1 berupa ancaman langsung dan tidak langsung. Pasangan mengancam akan membongkar dan mengadukan semua perilaku buruk subjek pada orangtuanya. Ancaman yang tidak langsung seperti adanya larangan untuk tidak meninggalkan pasangan dan berdekatan dengan laki-laki lain. Ancaman tidak langsung ini juga dirasakan oleh S2. Lalu; 2) ketidakmampuan subjek melarikan diri. Ancaman-ancaman yang dirasakan kedua subjek akan membentuk rasa takut untuk melarikan diri dari pasangan, hal ini lah yang dirasakan kedua subjek. Kemudian; 3) isolasi oleh pasangan. Kedua subjek dilarang untuk berhubungan dengan laki-laki lain selain pasangan. Selain itu, S1 juga dilarang untuk berdekatan dengan sahabatnya. Yang terakhir; 4) adanya kebaikan-kebaikan yang dirasakan subjek dari pasangan. Kebaikan ini dirasakan kedua subjek setelah konflik mereda. S1 yang merasakan sikap lembut pasangan dan S2 pun demikian. Selain itu, pemberian hadiah-hadiah juga selalu didapatkan oleh s2. Kebaikan-kebaikan ini lah yang membuat subjek melihat sisi positif dari pasangannya dan memilih untuk mempertahankan hubungannya.

Ketika keempat kondisi faktor pendukung berkembangnya *stockholm syndrome* hadir pada seorang individu, khususnya korban kekerasan, kemungkinan usaha pemisahan yang dilakukan individu tersebut secara psikologis akan menjadi sulit (Graham, dkk., 1994). Usaha kedua subjek untuk menjauh dari masing-masing pasangan menjadi sulit meskipun mampu memutuskan status hubungan. Tiga dari

empat faktor pendukung berkembangnya *stockholm syndrome* (adanya ancaman secara psikologis pada subjek, ketidakmampuan untuk melarikan diri, dan kebaikan dari pasangan) menyangkut persepsi korban dan bukan kondisi objektif korban. Jika seorang korban tidak memahami kondisi objektifnya, maka hal tersebut tidak akan memengaruhi pemikiran dan perilakunya yang paradoks.

Dalam menilai kehadiran *Stockholm syndrome*, Graham (1994) menyusun aspek-aspek *stockholm syndrome* (sikap, perilaku, dan kepercayaan) menjadi sembilan indikator utama. Dari kedua subjek menunjukkan tujuh dari sembilan indikator utama. Indikator-indikator utama ini bersifat kontinum, dalam artian bahwa setiap indikator muncul dalam derajat (Graham, dkk., 1994). Ketujuh indikator utama tersebut diantaranya; 1) subjek menyangkal kekerasan yang terjadi; 2) subjek terikat secara emosional dengan pasangan; 3) subjek menunjukkan gejala trauma berkepanjangan; 4) subjek berusaha membuat pasangan senang; 5) subjek melihat dunia dari perspektif pasangan; 6) subjek melihat orang lain sebagai “orang jahat” dan pasangan sebagai “orang baik”; dan 7) subjek sulit meninggalkan pasangan.

Indikator-indikator pada kedua subjek memiliki kesamaan. Kedua subjek tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan. Beberapa indikator ini bersifat paradoks dan merupakan sebuah distorsi kognitif. 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.

Ketika keempat faktor pendukung berkembangnya *Stockholm syndrome* didapatkan oleh kedua subjek dalam hubungannya, hal ini akan menyebabkan para subjek menggeneralisasi psikodinamika sikap pasangan dalam hubungan mereka dengan orang lain seperti keluarga, teman, atau pasangan baru subjek (Graham, dkk, 1994). Kedua subjek menunjukkan kesamaan pada salah satu dampak *Stockholm syndrome* yaitu *splitting*. *Splitting* adalah suatu proses yang terjadi pada

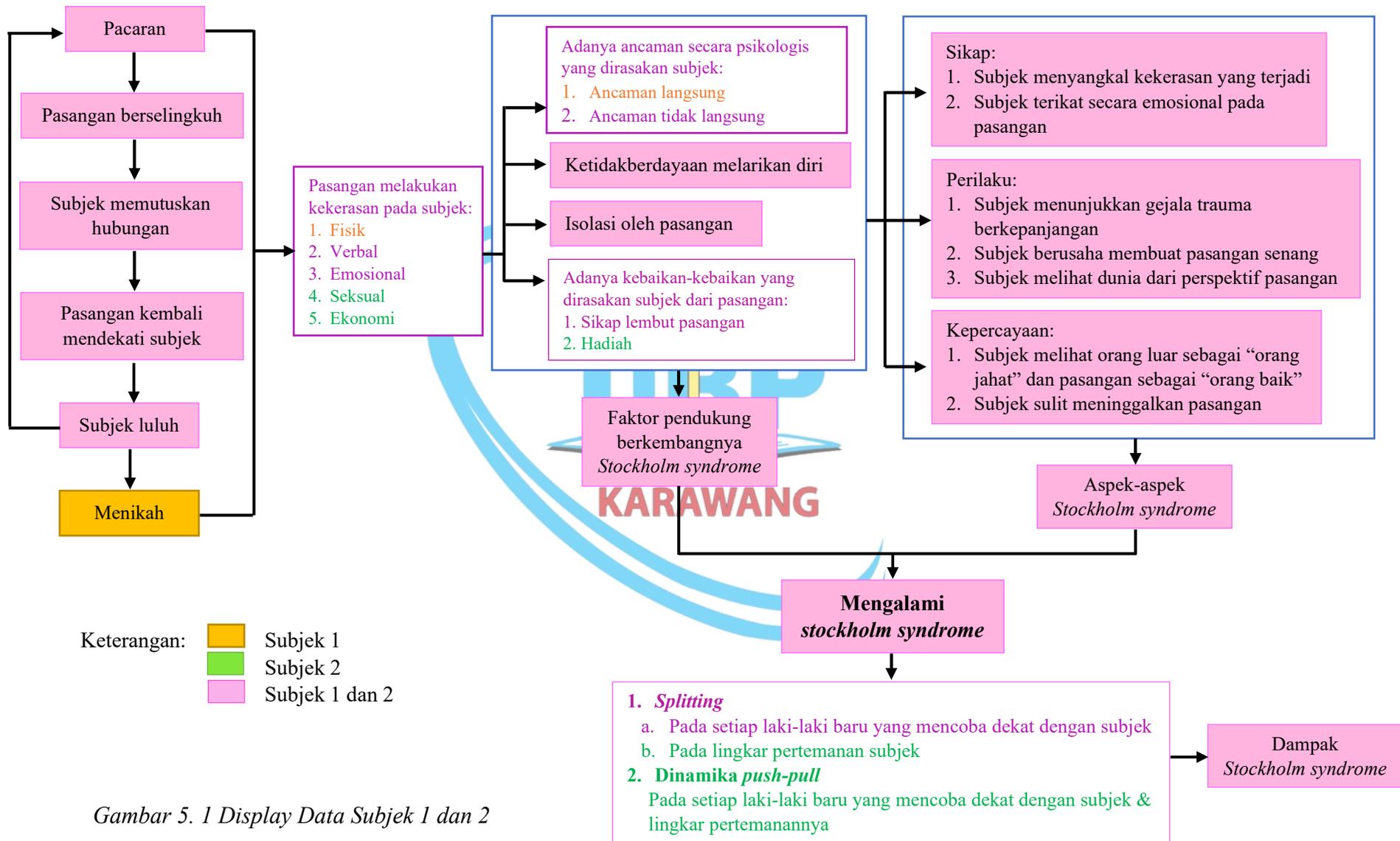
tingkat bawah sadar di mana korban kekerasan melihat semua yang ada pada diri pelaku sebagai “baik” dan dirinya sendiri atau orang lain sebagai “buruk”. Dampak ini muncul dalam hubungan subjek dengan orang lain setelah kekerasan terjadi. S1 yang melakukan *splitting* pada setiap laki-laki yang mencoba dekat dengannya, dan S2 juga demikian, ditambah dalam hubungan pertemanannya. Mekanisme pertahanan ini terjadi ketika kita tidak dapat melihat sisi baik dan buruk orang lain secara bersamaan. Hal ini mendistorsi bagaimana seseorang melihat orang lain (Carbone, 2018). Ketika subjek diperlakukan dengan baik, subjek akan merasa bahagia dan dicintai. Begitu pula sebaliknya, *splitting* akan memunculkan perasaan buruk pada orang lain yang tidak bisa subjek toleransi. Dalam situasi ini, individu dengan *splitting* melupakan semua aspek baik tentang orang tersebut, tetapi melihat keseluruhan dengan label “buruk”.

Adapun dampak lainnya yang muncul yaitu *dinamika push-pull*. Namun, dampak ini hanya muncul pada S2. S2 seringkali menjauh ketika laki-laki baru yang mencoba dekat dengannya melakukan kesalahan atau membuatnya kecewa. Begitupun dalam lingkaran pertemanannya. Dinamika ini berkembang karena di satu sisi para korban secara alami menjauh (*push* atau ulur) dari orang yang mengancam kelangsungan hidup mereka, tetapi di sisi lain untuk bertahan hidup mereka juga harus terikat (*pull* atau tarik) dengan orang yang mengancam mereka dengan harapan memenangkannya. Subjek akan menggeneralisasi dinamika *push-pull* ini pada hubungan mereka dengan orang lain. Menurut Landi (2016) dinamika *push-pull* dalam hubungan menggambarkan tindakan menarik seseorang hanya untuk mendorong mereka menjauh. *Push* menciptakan keraguan dan ketidakpastian, dan

pull menciptakan rasa aman dan hangat. Lebih lanjut, Landi (2016) menyebutkan beberapa alasan mengapa seseorang melakukan dinamika *push-pull*, diantaranya adalah takut akan keintiman, takut akan penolakan, takut kehilangan, terlalu banyak pilihan, dan sebagai bentuk menguji pasangan atau orang lain.

Penggunaan istilah *Stockholm syndrome* menyediakan cara untuk memahami situasi yang dianggap tidak dapat dipahami ini. 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 peristiwa-peristiwa seharusnya 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.

Berdasarkan pemaparan di atas, kedua subjek menunjukkan adanya *stockholm syndrome* dalam *abusive relationship*. Kedua subjek tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam dinamika *stockholm syndrome*. Berikut peneliti sajikan *dinamika stockholm syndrome* pada kedua subjek dalam bentuk bagan display data:



Keterangan:

- Subjek 1
- Subjek 2
- Subjek 1 dan 2

Gambar 5. 1 Display Data Subjek 1 dan 2

1.2 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan, maka dapat disimpulkan bahwa kedua subjek menunjukkan adanya *Stockholm syndrome* dalam hubungannya yang penuh kekerasan. Adapun empat faktor pendukung berkembangnya *Stockholm syndrome* yang muncul pada kedua subjek diantaranya 1) adanya ancaman secara psikologis terhadap subjek; 2) ketidakberdayaan melarikan diri dari pasangan; 3) isolasi oleh pasangan; 4) danya kebaikan-kebaikan yang dirasakan subjek dari pasangan

Dalam menilai kehadiran *Stockholm syndrome*, peneliti mencari kombinasi indikator dari aspek-aspek *Stockholm syndrome* yaitu sikap, perilaku, dan kepercayaan. Dari kedua subjek menunjukkan tujuh dari sembilan indikator utama. Ketujuh indikator utama tersebut adalah sebagai berikut 1) subjek menyangkal kekerasan yang terjadi; 2) subjek terikat secara emosional dengan pasangan; 3) subjek menunjukkan gejala trauma berkepanjangan; 4) subjek berusaha membuat pasangan senang; 5) subjek melihat dunia dari perspektif pasangan; 6) subjek melihat orang lain sebagai “orang jahat” dan pasangan sebagai “orang baik”; 7) subjek sulit meninggalkan pasangan.

Ketika keempat faktor pendukung berkembangnya *Stockholm syndrome* didapatkan oleh kedua subjek dalam hubungannya, hal ini akan menyebabkan para subjek menggeneralisasi psikodinamika sikap pasangan dalam hubungan mereka dengan orang lain seperti keluarga, teman, atau pasangan baru subjek. Dampak yang muncul yaitu *splitting* dan dinamika *push-pull*. Kedua subjek menunjukkan kesamaan pada salah satu dampak *Stockholm syndrome* yaitu *splitting*. Adapun

dampak lainnya yang muncul yaitu *dinamika push-pull*. Namun, dampak ini hanya muncul pada S2.

Penggunaan istilah *Stockholm syndrome* menyediakan cara untuk memahami situasi yang dianggap tidak dapat dipahami ini. 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 kekerasan. Banyak perempuan yang mengalami kekerasan dan diisolasi dari keluarga dan teman-teman mereka, bahkan selalu mengaku mencintai dan peduli terhadap pelaku kekerasan.

1.3 Saran

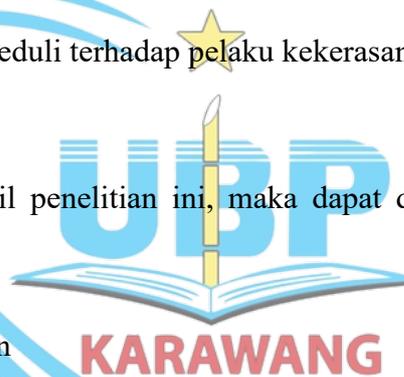
Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat diberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi subjek penelitian

Perbanyak membaca hal-hal yang berkaitan mengenai pola hubungan yang sehat dan tidak sehat. Refleksikan diri, apakah sedang berada di jalur hubungan yang sehat atau tidak. Menyadari sedang berada di dalam jenis hubungan seperti apa merupakan faktor penting bagi subjek, dengan harapan bahwa subjek mampu untuk mencari bantuan untuk dapat keluar dari hubungan yang tidak sehat.

2. Bagi keluarga dan teman subjek

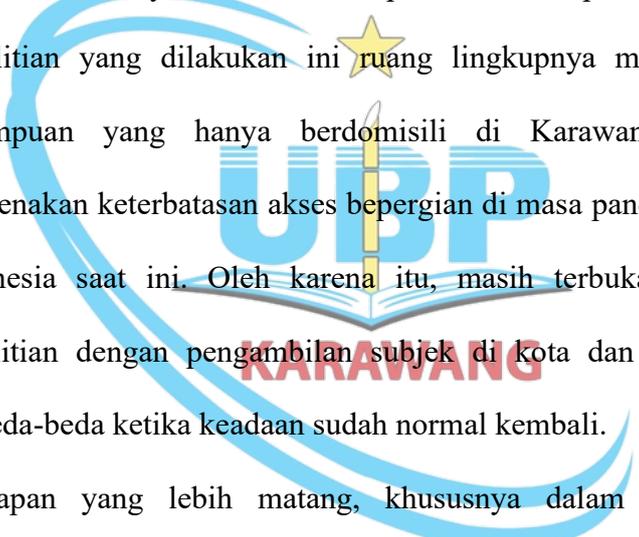
Ketika subjek sulit mengungkapkan masalahnya terhadap keluarga atau teman, cobalah untuk tidak menekan subjek harus bercerita mengenai masalahnya. Subjek sudah cukup kesulitan dengan perilaku mengancam dari



pasangannya. Jika penekanan juga didapat subjek dari keluarga dan temannya, hal ini dikhawatirkan bisa memicu subjek semakin sulit berbicara. Ketika subjek sudah terlihat akan bercerita mengenai masalahnya, cukup dengarkan dan sederhanakan bantuan dengan membuat subjek percaya bahwa ia masih memiliki pendukung atau penyelamat ketika subjek membutuhkannya.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diperlukan penelitian-penelitian lanjutan baik bersifat pengembangan maupun kedalamannya. Berikut beberapa saran untuk peneliti selanjutnya:

- a. Penelitian yang dilakukan ini  ruang lingkungannya masih terbatas pada perempuan yang hanya berdomisili di Karawang. Ini dilakukan dikarenakan keterbatasan akses bepergian di masa pandemi COVID-19 di Indonesia saat ini. Oleh karena itu, masih terbuka untuk dilakukan penelitian dengan pengambilan subjek di kota dan budaya lain yang berbeda-beda ketika keadaan sudah normal kembali.
- b. Persiapan yang lebih matang, khususnya dalam penemuan subjek penelitian yang tepat mengenai *Stockholm syndrome*. Sulitnya korban kekerasan untuk berbicara mengenai kondisinya juga menghambat penemuan subjek penelitian. Untuk itu, kemampuan *rapport* peneliti juga perlu semakin dilatih.