

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Papalia dan Olds (dalam Putro, 2017) mengatakan bahwa masa remaja merupakan masa transisi antara masa anak-anak ke masa dewasa yang dimulai pada usia 12 tahun dan berakhir pada usia awal dua puluh tahunan. Masa remaja merupakan masa peralihan yang terjadi antara masa anak-anak dan masa dewasa yang melibatkan perubahan-perubahan secara biologis, kognitif, dan sosioemosional (Santrock, 2012). Pertumbuhan dan perkembangan selama masa remaja dibagi menjadi 3 tahap yaitu masa remaja awal (*early adolescent*) dengan rentang usia 12-15 tahun, remaja madya/pertengahan (*middle adolescent*) dengan rentang usia 15-18 tahun, dan remaja akhir (*late adolescent*) dengan rentang usia 18-21 tahun (Wulandari, 2014). Perubahan yang dialami remaja dari segi fisik maupun psikis membuat remaja mulai mengenali rasa tertarik dan ingin mencoba lebih dekat dengan lawan jenisnya (Aviva, 2016).

Menurut Hurlock (1980), salah satu minat pada masa remaja adalah membangun hubungan yang matang dengan lawan jenisnya dan memperoleh dukungan sosial dari lawan jenisnya. Hubungan ini berbeda dengan yang terjadi di masa kanak-kanak dimana individu lebih ingin mendapatkan dukungan dari kelompok sejenisnya. Salah satu tugas perkembangan remaja khususnya remaja akhir adalah memulai untuk menjalin hubungan romantis dengan lawan jenisnya dengan tujuan menyiapkan dirinya untuk menemukan pasangan hidup mereka melalui pacaran (Rusyidi & Hidayat, 2020). Pacaran sendiri bagi remaja memiliki tujuan karena pada masa ini mereka mulai merencanakan pernikahan dan merasa harus benar-benar mencari keserasian dan kecocokan dengan lawan jenis yang menjadi pasangannya (Hurlock, 1980).

Pada era milenial ini tentu sudah tidak asing lagi dengan istilah pacaran pada diri remaja, khususnya remaja akhir (Megawati, Anwar & Masturah, 2019). Pacaran merupakan adanya perasaan saling memiliki, mencintai satu sama lain dalam sebuah hubungan antara kedua orang yang memiliki keterkaitan emosional dan melakukan aktivitas bersama-sama (Winnaiseh, 2017). Pacaran memiliki berbagai perasaan yang muncul dalam menjalani hubungan berpacaran seperti perasaan cemburu, perasaan seperti “dia hanya milikku tiada yang bisa memilikinya selain aku”, dan perasaan yang bisa menimbulkan emosi negatif lainnya bisa memicu terjadinya kekerasan dalam berpacaran (Megawati dkk., 2019). Keadaan mental dan emosi remaja yang masih labil akan mendorong remaja melakukan kekerasan dalam berpacaran (Evendi, 2018).

Kekerasan dalam pacaran adalah tindakan kekerasan yang dilakukan baik secara seksual, fisik, maupun emosional yang dilakukan kepada pasangan sewaktu pacaran (Anantri, 2016). Menurut *Division of Violence Prevention* (2014), kekerasan dalam berpacaran merupakan masalah yang memiliki efek jangka panjang dan jangka pendek yang serius, banyak remaja yang tidak melaporkannya karena takut memberi tahu teman dan keluarganya. Kekerasan tidak hanya bisa terjadi pada perempuan tetapi juga bisa terjadi pada lelaki (Nurislami & Hargono, 2014). Pada penelitian ini, peneliti fokus pada remaja akhir karena pada masa ini individu akan mulai memfokuskan diri pada hubungan yang lebih serius yang merupakan salah satu tugas perkembangan di masa dewasa awal yaitu pernikahan (Hurlock, 1980). Hal ini juga terkhusus pada remaja akhir dengan jenis kelamin laki-laki hal ini disebutkan oleh Shorey, dkk. (dalam Shorey, Brasfield, Febres, & Stuart, 2011) yang mengungkapkan bahwa laki-laki lebih memiliki kecenderungan agresi dalam hal fisik dan psikologis dibandingkan perempuan.

Hal ini juga didukung pernyataan Wall (dalam Mardiah, Satriana & Syahriati, 2017) kekerasan dalam berpacaran baik verbal maupun non verbal dari beberapa remaja sering disalah artikan sebagai bentuk cinta mereka kepada pasangan mereka, laki-laki dan perempuan sama-sama bisa menjadi pelaku maupun korban tetapi biasanya perempuan yang menerima luka serius. Data dari Januari sampai dengan Oktober 2021 dari Komnas Perempuan menunjukkan 1.200 kasus kekerasan dalam pacaran (Persada, 2021), tahun 2020 sendiri menunjukkan sebanyak 1.309 kasus kekerasan dalam pacaran dengan korban pada kaum perempuan (Cahyana & Pranyoto, 2022). Hal tersebut membuktikan bahwa kasus kekerasan dalam pacaran masih banyak terjadi terutama dengan korbannya yaitu kaum perempuan.

Pada data yang dikutip dari *Kompas* menyebutkan pada Hari Perempuan yang jatuh pada Rabu, 8 Maret 2017 menyebutkan kekerasan seksual masih mendominasi kasus yang ditangani dengan jumlah 72,32% atau 64 perempuan, kemudian kekerasan fisik 14,69% dan psikis 9,04%, data menunjukkan kasus kekerasan banyak terjadi pada perempuan (Winnaseh, 2017). Beberapa kasus kekerasan dalam berpacaran lebih sering disembunyikan bahkan seringkali tidak disadari oleh korban bahwa dirinya sudah mengalami kekerasan dalam berpacaran, hanya 33% korban yang mengetahui bahwa dirinya mengalami kekerasan dalam berpacaran (Nurislami & Hargono, 2014).

Fenomena kekerasan dalam berpacaran dikutip dari *Liputan6* yang melibatkan seorang remaja laki-laki berusia 18 tahun yang melakukan kekerasan pada pacarnya luka-luka hingga sekarat lantaran tidak terima diputuskan oleh pacarnya. Pelaku juga mencaci-maki orang tua dari korban. Hal tersebut dikarenakan pelaku tidak bisa mengontrol emosinya saat pacarnya meminta putus

dengan dirinya (Keda, 2019). Fenomena kekerasan dalam berpacaran yang berikutnya terjadi pada seorang remaja usia 20 tahun asal Surabaya berinisial FM yang menyiksa dan memperkosa pacarnya (Kurniawan, 2018). Penyiksaan terjadi saat FM dan pacarnya sudah masuk ke kamar hotel dan menguncinya. Korban yang sudah lemas tak berdaya diseret ke kamar mandi. Di dalam kamar mandi, FM menjambak dan membenamkan kepala korban ke dalam wastafel yang sudah berisi air. Setelah puas melihat korban semakin tak berdaya, FM memperkosa pacarnya sebanyak 2 kali. Korban sempat meminta FM untuk tidak memperkosanya, tetapi FM tidak memperdulikan hal tersebut dan tetap memperkosa pacarnya. FM juga mengancam pacarnya agar tidak menceritakan kejadian tersebut kepada orang lain.

Data dari penelitian Megawati, Anwar, dan Masturah (2019) sebanyak 45,4% dari 183 subjek mahasiswa menunjukkan kekerasan dalam pacaran yang tinggi sebagai pelaku kekerasan. Hal ini menunjukkan bahwa usia-usia remaja akhir sangat rentan dengan kekerasan dalam berpacaran. Rohmah dan Legowo (2014) dalam penelitian mereka mengungkapkan motif-motif yang mendasari kekerasan dalam pacaran pada pelaku adalah perasaan cemburu, merasa kurang diperhatikan dan tidak mendapat kabar dari pasangannya, kebutuhan ekonomi, dan pasangan yang dianggap tidak patuh. Disisi lain penelitian yang dilakukan oleh Taquette dan Monteiro (2019) menunjukkan bahwa dampak dari kekerasan dalam pacaran lebih serius terjadi pada perempuan, meskipun korban dapat terjadi pada laki-laki juga. Dampak tersebut meliputi depresi, kecemasan, harga diri rendah, penyalahgunaan alkohol dan obat-obatan, dan seks yang tidak aman.

Secara lebih empiris, peneliti juga melakukan wawancara untuk memperkuat kekerasan dalam berpacaran pada remaja akhir. Peneliti melakukan

wawancara pada tiga subjek pada tanggal 24-25 Mei 2021. Subjek pertama berinisial CY berusia 21 tahun, berdomisili di Kota Semarang, dan laki-laki. Subjek CY menyatakan bahwa ia kerap membentak pasangannya saat marah terkait masalah kecil ataupun besar dan saat merasa pasangannya tidak menuruti apa yang CY inginkan. Subjek CY bahkan pernah memukul pasangannya. Perilaku yang dilakukan CY ini merupakan kekerasan fisik (memukul) dan kekerasan verbal dan emosional (membentak) sebagaimana yang diungkapkan oleh Murray (2001). Subjek kedua berinisial TP berusia 19 tahun dan seorang laki-laki. Subjek TP mengungkapkan bahwa ia tidak suka jika pasangannya terlambat membalas pesannya atau tidak memberi kabar padanya. Saat menghadapi masalah tersebut, subjek TP akan marah, lalu membentak pasangannya, dan bahkan melontarkan kata-kata kasar pada pasangannya. Perilaku subjek TP menunjukkan kekerasan verbal dan emosional.

Subjek ketiga berinisial YD berusia 18 tahun, berdomisili di Kota Semarang, dan berjenis kelamin laki-laki. Ia menceritakan bahwa ia dan pasangannya kerap tersulut emosi dan ketika terjadi demikian keduanya akan melontarkan kata-kata kasar satu sama lain. Subjek YD juga kerap melarang pasangannya untuk bergaul ataupun berinteraksi dengan orang yang tidak disukainya. Sama halnya dengan subjek TP, subjek YD ini melakukan kekerasan verbal dan emosional. Berdasarkan fenomena berita, data, dan wawancara yang digali oleh peneliti, peneliti melihat adanya permasalahan dan kecenderungan kekerasan dalam pacaran yang dimiliki oleh remaja akhir laki-laki sebagai pelaku kekerasan. Hal ini disimpulkan berdasarkan pernyataan Murray (2001) yang mengungkapkan kekerasan dalam pacaran terjadi ketika adanya dominasi dan kontrol individu dengan pasangannya. Hal ini terlihat dari perilaku CY yang akan

membentak dan memukul pasangannya jika pasangannya tidak menurutinya, subjek TP yang membentak dan berkata kasar pada pasangannya ketika pasangannya tidak memberi kabar atau terlambat membalas pesannya, dan subjek YD yang membatasi pergaulan dan interaksi pasangannya.

Beberapa faktor yang mempengaruhi kekerasan dalam berpacaran diantaranya adalah pola asuh, *peer group*, media massa, dan peran jenis kelamin, kepribadian, kondisi emosi yang belum stabil, cara berpikir yang belum matang, selingkuh, perilaku tidak jujur terhadap pacar (Setyawati dalam Putri, 2012; Evendi, 2018). Linehan (dalam Diadiningrum & Endrijati, 2014) mengemukakan salah satu faktor yang mempengaruhi kekerasan dalam berpacaran adalah terhambatnya regulasi emosi individu sehingga memungkinkan menjadi pelaku kekerasan. Timbulnya kekerasan dalam berpacaran merupakan salah satu bentuk ketidakmampuan remaja dalam melakukan kontrol diri baik dalam emosi maupun dalam bertindak (Evendi, 2018).

Regulasi emosi merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengontrol, mengelola, dan mengungkapkan emosi yang tepat untuk mencapai keseimbangan emosi yang dimiliki oleh individu itu sendiri (Megawati dkk., 2019). Menurut Kring (dalam Silaen & Dewi, 2015) regulasi emosi yang ada pada diri individu bertujuan untuk meminimalkan dampak negatif dari emosi yang muncul dari masalah yang dihadapi seseorang dengan cara mengevaluasi sendiri pengalaman emosional yang pernah dialaminya. Berbagai emosi yang muncul pada seseorang seperti sedih, marah, kecewa, benci, gembira, semangat, cinta akan sangat mempengaruhi seseorang dalam berperilaku (Nisfiannoor & Kartika, 2004). Frydenberg (dalam Kurniasih & Pratisti, 2016) mengatakan bahwa ketidakmampuan remaja dalam meregulasi emosinya terhadap suatu peristiwa

kehidupannya akan mengakibatkan terhambatnya perkembangan perilaku sosial dan keberfungsian mereka dalam lingkungan sekitar mereka. Berbeda dengan hal tersebut, Amone-P'Olak, Garnefski, dan Kraaij (2007) mengungkapkan individu yang dapat meregulasi emosinya dengan tepat berhubungan secara signifikan dengan kesejahteraan yang dimilikinya. Jika individu melakukan strategi yang tepat untuk meregulasi emosinya maka dapat membuat individu mampu menyeimbangkan emosi positif dan negatif yang dimilikinya, dan individu akan merasa puas setelah berhasil mencapai keseimbangan emosinya.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Shorey, Brasfield, Febres, dan Stuart (2011) pada 440 mahasiswa dengan rentang usia 18-21 tahun, menunjukkan bahwa adanya hubungan kesulitan meregulasi emosi dikaitkan dengan kekerasan terdapat perbedaan antara individu yang telah melakukan atau tidak melakukan agresi. Laki-laki dan perempuan memiliki agresi yang berbeda. Ketika berada dalam emosi negatif, perilaku agresi yang lebih sering dilakukan pada laki-laki.

Berdasarkan pemaparan kasus melalui data, wawancara, dan penelitian mengenai variabel terkait, peneliti melihat adanya permasalahan dimana remaja laki-laki memiliki kecenderungan kekerasan dalam pacaran. Peneliti melihat tingginya prevalensi dan banyaknya kasus yang dapat memberikan dampak negatif baik bagi korban maupun perilaku. Beberapa penelitian juga banyak meneliti mengenai kekerasan dalam pacaran ditinjau dari regulasi emosi seperti penelitian yang dilakukan Megawati, Anwar, dan Masturah (2019) dan Shorey, Brasfield, Febres, dan Stuart (2011) yang menunjukkan adanya hubungan kedua variabel. Peneliti meneliti variabel ini karena masih minimnya jurnal nasional yang membahas kekerasan dalam pacaran dari sisi pelaku ditinjau dari regulasi emosi

dan pada lokasi penelitian yaitu di Kota Semarang. Maka dari itu pertanyaan penelitian dari penelitian ini disimpulkan, “apakah ada hubungan antara regulasi emosi dengan kekerasan dalam pacaran yang dilakukan remaja akhir laki-laki?”

## **1.2. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris dari hubungan antara regulasi emosi dengan kekerasan dalam berpacaran pada remaja akhir.

## **1.3. Manfaat Penelitian**

### **1.3.1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi sumbangan ilmu bidang Psikologi Sosial, yaitu memahami hubungan antara regulasi emosi dengan kekerasan dalam berpacaran yang dilakukan remaja akhir laki-laki. Penelitian ini bisa dijadikan sebagai referensi untuk penelitian-penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan regulasi emosi dan kekerasan dalam berpacaran.

### **1.3.2. Manfaat Praktis**

Penelitian ini dapat menambah wawasan peneliti dan untuk mengetahui keingintahuan peneliti mengenai hubungan regulasi emosi dengan kekerasan dalam berpacaran. Penelitian ini juga diharapkan bisa membantu memberikan informasi mengenai hubungan regulasi emosi dengan kekerasan dalam berpacaran pada remaja, memberikan pengetahuan pada remaja agar dapat meregulasi emosinya dengan baik sehingga tidak melakukan kekerasan dalam berpacaran dan bisa menyelesaikan masalah dalam hubungannya.