

Stres pada korban *dating violence* usia dewasa awal: bagaimana peran dukungan sosial?

Anjar Hayuning Syuhada¹, Tatik Meiyuntariningsih², Akta Ririn Aristawati^{3*},
Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Surabaya, Indonesia
*E-mail: akta_ririn@untag-sby.ac.id

Published:
1 Januari 2023

Abstract

Stress is a condition caused by differences in a person or environment related to an individual, namely between the desired situation and the biological, psychological, or social system of the individual. One of the factors that influence stress levels in individuals is the social support provided by the environment to individuals with the aim of making individuals feel valuable, loved, and cared for by their environment. The purpose of this research is to find out whether there is a negative relationship between social support and stress in victims of dating violence. The subjects in this study were early adults with an age range 18-25 years wh had experiencd dating violence. The sampling technique iin this study used a purposive sampling technique with the criteria described when distributing the data. The number of samples in this study were 50 people. In data analysis using the Pearson Product Moment parametric correlation technique. The result obtained were 0,661 with a significance value of $p=0,000$, where $p<0,01$. This means that the hypothesis which states that there is a negative relatonship between social support and stress in victims of dating vilolence is rejected.

Keywords: Stress, Social support, Early adults, Dating violence.

Abstrak

Stres merupakan kondisi yang disebabkan ketika perbedaan seseorang atau lingkungan yang berhubungan dengan individu, yaitu antara situasi yang diinginkan dengan keadaan biologis, psikologis, atau sistem sosial individu tersebut. Salah satu faktor yang mempengaruhi tingkatan stres pada individu adalah dukungan sosial yang diberikan oleh lingkungan kepada individu dengan tujuan agar individu merasa berharga, dan diperhatikan oleh lingkungannya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan stres pada korban *dating violence*. Subyek pada penelitian ini ialah dewasa awal dengan rentang usia 18–25 tahun yang pernah mengalami *dating violence*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria yang telah dijelaskan pada saat menyebar data. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 50 orang. Pada analisis data menggunakan teknik korelasi parametrik Product Moment Pearson. Hasil yang diperoleh adalah sebesar 0,661 dengan nilai signfikasi $p=0,000$, dimana $p<0,01$. Artinya, ada hubungan positif dan sangat signifikan. Maka, Hipotesis adanya hubungan negatif antara dukungan sosial dengan stres pada korban *dating violence* ditolak.

Kata kunci: Stres, Dukungan Sosial, Dewasa Awal, Dating Violence.

Copyright © 2023. Anjar Hayuning S, Tatik Meiyuntariningsih, Akta Ririn Aristawati

Pendahuluan

Masa dewasa awal adalah masa untuk bekerja dan menjalin hubungan dengan lawan jenis, terkadang menyisakan sedikit waktu untuk hal lainnya. Selain kondisi fisik yang berada masa puncaknya, individu dewasa awal juga dianggap telah memiliki kematangan psikologis. Mappiare (1983) menjelaskan dengan kematangan psikologis ini, individu dianggap siap untuk menjalani tugas perkembangan selanjutnya, seperti siap mengembangkan daya-daya yang dibutuhkan untuk memenuhi komitmen-komitmen. Salah satu kebutuhan untuk memenuhi komitmen yaitu memiliki hubungan dengan lawan jenis atau yang biasa disebut pacaran.

Hubungan pacaran seharusnya menjadi hubungan sehat dan saling mendukung satu sama lain. Biasanya, dalam pacaran banyak sekali aktivitas-aktivitas yang menyenangkan untuk dilakukan bersama pasangan seperti menonton film, berkencan, makan berdua. Namun, beberapa aktivitas yang dilakukan dalam hubungan pacaran juga seringkali menyakiti satu sama lain. Setiap individu memang memiliki cara yang berbeda untuk menyelesaikan masalah dalam hubungannya, ada individu yang menggunakan cara kekerasan untuk menyelesaikan permasalahannya dan mengatas namakan tindakan tersebut dengan cinta. Tindakan tersebut dinamakan *Dating Violence*.

Dating violence dapat terjadi dimana saja dan tidak memandang jenis kelamin, baik perempuan maupun laki-laki dapat menjadi korban kekerasan. Kekerasan yang terjadi ini biasanya terdiri dari beberapa jenis, misalnya serangan terhadap fisik, mental, ekonomi, dan seksual. Meskipun *dating violence* dapat dialami oleh laki-laki dan perempuan, namun dalam penelitian ini lebih difokuskan untuk melihat perempuan yang menjadi korban dikarenakan wanita yang lebih banyak menjadi korban *dating violence*. Hal ini dipaparkan oleh WHO yang menyatakan bahwa 1 dari 4 perempuan di negara maju mengalami kekerasan hingga mencapai 25%. Website milik Komnas Perempuan juga menjelaskan pada tahun 2020 ada 2.050 kasus kekerasan fisik, 1.983 kasus kekerasan seksual, 1.792 kasus kekerasan psikis, serta 680 kasus kekerasan ekonomi.

Dampak negatif yang sering dirasakan oleh para korban *dating violence* yaitu rasa stres yang ada pada dirinya yang sangat berpengaruh untuk kehidupan selanjutnya. Menurut Sarafino dan Timothy (2012) mengatakan bahwa stres sebagai keadaan dimana seseorang merasa tidak cocok dengan situasi secara fisik maupun psikologi dan sumbernya berasal dari biologi serta sistem sosial. Dampak dari stres yang dirasakan korban pun beragam. Ada dampak fisiologik, dampak psikologik, serta dampak perilaku (Priyono, 2014).

Kasus yang sempat ramai menjadi perbincangan masyarakat ialah kasus selebgram Laura Anna yang meninggal dunia setelah hampir setahun mengalami lumpuh akibat kecelakaan bersama mantan kekasihnya Gaga Muhammad. Laura mengaku setelah terjadinya kecelakaan, Gaga tidak membantu sedikitpun. Gaga Muhammad malah buat mental Laura Anna kacau lantaran sang kekasih suka membuat pertikaian kecil disaat dirinya tidak bisa bergerak. "Gaga nggak pernah membantu finansial sedikitpun, bantu biaya pengobatan aja nggak pernah sama sekali" ujar Laura Anna di podcast Deddy Cobuzier. Laura Anna juga menyebut bahwa ATM nya sering dipakai tanpa izin. Hal ini tidak hanya dilakukan pasca kecelakaan, Laura mengaku selama pacaran dulu Gaga memang selalu meminta Laura untuk bayarin dalam hal apapun, bahkan pasca kecelakaan pun Gaga meminta Laura Anna untuk membayar biaya ojek online apabila Gaga hendak menemui Laura dirumah. Laura menjelaskan bahwa dirinya sangat stres dan depresi lantaran perilaku yang diberikan Gaga kepada dirinya. (intipseleb.com, 2021).

Korban seperti Laura Anna memang sering kali memilih menyembunyikan pengalaman kekerasan tersebut ke publik meskipun korban telah merasakan dampak buruk dari hubungannya. Korban akan berani menyampaikan apa yang korban rasakan ketika mendapatkan sejumlah dukungan sosial dari teman sebaya, maupun komunitasnya sendiri. Namun hal ini tidak mudah bagi korban untuk melakukan rangkaian intervensi. Seperti halnya dengan kasus yang pernah dialami oleh subjek penelitian saat menjawab pertanyaan peneliti saat diwawancara. Adapun hasil wawancara pada subjek penelitian disimpulkan bahwa para korban *dating violence* mengaku mengalami symptom-symptom dari stres antara lain gangguan makan, gangguan tidur, sering merasakan nyeri kepala yang berlebihan, serta gangguan pencernaan.

Korban selalu memikirkan dan menyimpan masalahnya sendiri dalam jangka waktu yang lama dibanding harus terbuka dengan lingkungan sekitarnya. Setelah korban merasa sudah tidak ada jalan dan lelah dengan pikirannya sendiri, korban baru menentukan titik baliknya. Titik balik subjek untuk kembali bangkit adalah setelah subjek diberikan nasihat oleh teman-teman sekitarnya bahwa subjek pantas mendapatkan laki-laki yang lebih baik. Sejalan dengan yang dikemukakan oleh Fleming (Sarafino, 2008) yang mengatakan bahwa adanya dukungan sosial juga berhubungan dengan pengurangan stres individu yang disebabkan oleh berbagai stressor. Stres akan cenderung berkurang ketika individu tersebut merasa didukung dan menerima dukungan sosial dengan baik dari lingkungan. Stres akan semakin tinggi ketika individu tersebut kurang menerima dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya.

Menurut Sarafino (Rokhimah, dalam Meilianawati 2015) dukungan sosial adalah derajat dukungan yang diberikan kepada individu khususnya sewaktu dibutuhkan oleh orang-orang yang memiliki hubungan emosional dekat dengan orang tersebut, dukungan sosial dapat merujuk pada kenyamanan, kepedulian, harga diri, atau segala bentuk bantuan yang diterima individu dari orang lain atau kelompok.

Smet (1994) menjelaskan bahwa individu dengan dukungan sosial yang tinggi, akan mengubah respon seseorang terhadap sumber stressor dikarenakan seseorang tersebut tahu bahwa nantinya ada orang-orang terdekat yang dapat membantu. Individu dengan dukungan sosial yang tinggi, dapat memiliki penghargaan diri yang lebih tinggi, yang membuat individu tidak begitu mudah terserang stres. Sejalan dengan penelitian Cohen (2004), dukungan sosial mengacu pada pemberian hubungan sosial dari sumber daya material dan psikologis yang bertujuan untuk memberikan dampak positif pada kapasitas individu dalam menghadapi stres.

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan diatas, peneliti telah merumuskan hipotesis dalam penelitian ini yaitu “ada hubungan negatif antara hubungan dukungan sosial dengan stres pada korban *dating violence* usia dewasa awal, yang berarti semakin tinggi hubungan sosial maka semakin rendah stres yang dirasakan oleh korban *dating violence*, begitupun sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi juga stres yang dirasakan oleh korban *dating violence*.”

Metode

Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain korelasional yang bertujuan untuk “mengetahui hubungan negatif antara dukungan sosial dengan stres pada

korban *dating violence* usia dewasa awal". Pada penelitian ini terdapat satu varabel bebas (*independent*) yakni dukungan sosial dan satu variabel terikat (*dependent*) yakni stres.

Partisipan Penelitian

Subjek penelitian ini adalah perempuan berusia 18-25 tahun yang sedang berpacaran dan menjadi korban *dating violence*. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Teknik ini dipilih karena penentuan sampel memiliki pertimbangan tertentu.

Subjek penelitian ini menggunakan norma kategorisasi yang bertujuan untuk menjaring subjek *dating violence*. Hanya *dating violence* kategori tinggi dan kategori sedang yang dianalisis pada penelitian ini, dengan jumlah awal 55 subjek setelah dihitung menggunakan norma kategorisasi menjadi 50 subjek yaitu 35 subjek dengan *dating violence* kategori tinggi dan 15 subjek dengan *dating violence* kategori sedang.

Instrumen

Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan dua alat ukur yakni skala dukungan sosial dan skala stres. Kedua alat ukur tersebut disusun sendiri oleh peneliti. Sebelum dipegunakan, dua alat ukur telah melalui uji validitas dan uji linearitas. Validitas ini dilakukan dengan cara uji coba terpakai yang dimana subjek diminta untuk mengisi seluruh item dalam skala, namun hanya jawaban yang dinyatakan valid yang akan dianalisis.

Skala dukungan sosial disusun berdasarkan teori dari Sarafino (dalam Nurmadina, 2010) yang dimana telah menyebutkan 5 aspek yakni dukungan penghargaan, dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan jaringan sosial. Skala dukungan sosial terdiri dari 40 item dengan pilihan jawaban SS (Sangat Setuju) S (Setuju) TS (Tidak Setuju) STS (Sangat Tidak Setuju). Validitas skala ini bergerak dari 0,310 s/d 0,815 dengan Cronbach's Alpha sebesar 0,889.

Skala stres disusun berdasarkan aspek-aspek menurut Sarafino (1994) yang dimana telah menyebutkan dua aspek stres yakni psikologis dan biologis. Skala stres terdiri dari 30 item dengan pilihan jawaban SS (Sangat Setuju) S (Setuju) TS (Tidak Setuju) STS (Sangat Tidak Setuju). Validitas skala ini bergerak dari 0,316 s/d 0,748 dengan Cronbach's Alpha sebesar 0,919.

Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan korelasi Pearson Product Moment untuk menguji hubungan antara dukungan sosial dengan stres pada korban *dating violence* usia dewasa awal.

Hasil

Berdasarkan hasil sebar kuesioner yang diperoleh 55 responden dan dihitung kembali melalui norma kategorisasi, maka responden yang dianalisis adalah 50 orang. Pengujian hipotesis dukungan sosial dengan stres pada korban *dating violence* usia dewasa awal melalui teknik korelasi product moment diperoleh nilai sig.(2-tailed) = 0,000 karena nilai sig.(2-tailed) lebih kecil dari 0,01 maka dapat diartikan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan stres pada korban *dating violence* usia dewasa awal. Koefisien korelasi digunakan untuk mengetahui kuat lemahnya

hubungan kedua variabel. Berdasarkan koefisien korelasi diperoleh angka sebesar $r = 0,661$ artinya ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan stres pada korban *dating violence* usia dewasa awal. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi juga stres yang dirasakan korban *dating violence*, begitupun sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah juga stres yang dirasakan korban *dating violence*.

Berdasarkan hasil nilai korelasi atau hubungan sebesar $0,661$ dapat dihitung besarnya nilai koefisien determinasi, yaitu R^2 sebesar $0,437$ artinya dukungan sosial memiliki kontribusi terhadap stres korban *dating violence* sebesar $43,7\%$. Sedangkan $56,3\%$ merupakan kontribusi oleh faktor lain.

Tabel 1

Uji korelasi *pearson product moment*

Variabel	Person Correlation	Signifikansi
Dukungan sosial- Stres	0,661	0,000

Pembahasan

Hasil pembuktian hipotesis melalui analisis korelasi *pearson product moment* diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,661$ hal tersebut dapat dikatakan bahwa dukungan sosial memiliki korelasi positif yang sangat signifikan dengan stres, dan berarti hipotesis yang diajukan ditolak. Ditolaknya hipotesis tersebut dapat memberikan pengertian bahwa ketika dukungan sosial yang diberikan tinggi akan tetapi stres yang dirasakan korban juga semakin tinggi misalnya nyeri kepala seperti diikat, produksi keringat secara berlebihan itu dapat disebabkan karena adanya dukungan sosial yang diterima membuat korban semakin teringat dengan peristiwa negatif yang dihadapinya serta juga ada stressor-stressor yang membuat stres pada korban semakin meningkat.

Stressor tersebut antara lain pemaksaan, tekanan, perusakan dan pelecehan fisik maupun psikologis, sedangkan faktor yang menyebabkan stres yaitu faktor internal yang terdiri dari kurangnya keyakinan dari dalam individu serta kepribadian dari individu tersebut dan faktor eksternal yaitu berasal dari lingkungan keluarga, masyarakat, dan sekitarnya. Penanganan stres pun dapat melalui faktor internal dan faktor eksternal.

Menurut Lazarus (Folkman, 2013) penanganan stres atau *coping stress* terdapat dua macam, yang pertama adalah strategi *coping* yang berorientasi pada masalah merupakan strategi dalam mengurangi stressor dalam mempelajari hal baru atau ketrampilan baru yang digunakan untuk mengubah situasi, keadaan, atau pokok permasalahan. Individu yang menggunakan strategi ini cenderung bersifat kognitif secara langsung. Strategi kognitif dilakukan dengan cara memodifikasi atau meminimalisir situasi yang sifatnya mengancam. Strategi ini biasanya digunakan untuk mengatasi masalah yang dapat dikontrol oleh individu.

Yang kedua adalah strategi *coping* yang berorientasi pada emosi, merupakan sebuah usaha dari individu dalam mengendalikan respon emosional terhadap kondisi yang bersifat sangat menekan. Strategi ini bersifat defensif, karena individu merespon stres

secara emosional. Strategi ini digunakan ketika individu mengalami masalah yang tidak bisa dikontrol.

Hasil penelitian ini tidak sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Fleming (Sarafino, 2012) yang mengatakan bahwa adanya dukungan sosial berhubungan dengan pengurangan stres individu yang disebabkan oleh berbagai stressor. Stres akan cenderung berkurang ketika individu merasa didukung dan menerima dukungan sosial dengan baik dari lingkungannya. Berdasarkan hasil analisis, dukungan sosial tidak bisa menurunkan stres, melainkan ada faktor lain yang dapat menurunkan stres seperti *hardiness* dan resiliensi.

Hasil penelitian yang membuktikan adanya korelasi negatif yang signifikan antara *hardiness* atau resiliensi dengan stres dilakukan oleh Prasetyaningrum (2014), Triana,dkk. (2015), dan Ana Maria (2015) yang membuktikan bahwa *hardiness* dan resiliensi memiliki kontribusi terhadap turunya stres yang dirasakan oleh individu.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan stres pada korban *dating violence* usia dewasa awal dengan partisipan 50 responden korban *dating violence*, hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi juga stres yang dirasakan oleh korban *dating violence*.

Saran untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperbanyak subjek dan mengembangkan jumlahnya serta disarankan untuk menggunakan faktor lain yang dapat mempengaruhi stres seperti *hardiness* atau resiliensi.

Referensi

- Andharini, A.J. (2015). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Stres pada Siswa Akselerasi. *Character*. 3(2).
- Astutik, D.P., & Syafiq, M. (2019). Perempuan Korban Dating Violence. *Character : Jurnal Psikologi*. 6 (1).
- Awal, B. P. P. D. (2020). *Hubungan Asertivitas Dengan Kekerasan Dalam Pacaran*.
- Azwar, S. (2014). *Metode Penelitian Yogyakarta : Pustaka Pelajar*
- Dubu, R. V. I., Lerik, M. D. C., Wijaya, R. P. C., & Ruliati, L. P. (2020). Orientasi Dominasi Sosial dengan Kekerasan dalam Pacaran pada Remaja. *Journal of Health and Behavioral Science*, 2(2), 121-129
- Dodik, A.A., & Astuti K. (2012). *Hubungan Antara Kepribadian Hardiness Dengan Stres Kerja Pada Anggota POLRI Bagian Operasional di Polresta Yogyakarta*. (Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta)
- Ferlita, G. (2008). Sikap Terhadap Kekerasan Dalam Berpacaran (Penelitian pada Mahasiswi Reguler Universitas Esa Unggul yang Memiliki Pacar). *Jurnal Psikologi*, 6 (1), 10-24.

-
- Gaol, N.T.L. (2016). Teori Stres : Stimulus, Respons, dan Transaksional. *Buletin Psikologi*, 24 (1). 1-11.
- Hadiyani, N. (2019). *Pengaruh Dukungan Sosial, Hardiess, dan Jenis Kelamin Terhadap Adaptabilitas Karier Pada Mahasiswa Tingkat Akhir*. (Universitas Islam Negeri, Syarif Hidayatullah Jakarta)
- Hapsari, N. K. A. M. Y., Zahra, A. C. A., Anggini, C. T., & Eva, N. (2022). The Role of Forgiveness and Social Support on Psychological Well Being Among Women in Dating Violence. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 13(2), 130-143.
- Hasmayni, B. (2015). Dampak Psikologi Dating Violence Remaja Di SMA Tugama Medan. *Jurnal Diversita*, 1 (1).
- Hidayah, S. N. *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Resiliensi Pada Wanita Dewasa Awal Korban Kekerasan Dalam Pacaran*.
- Hitijahubessy, C., Affiyanti, Y., & Budiati, T. (2018). Dukungan Sosial Dan Kualitas Hidup Fisik Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 9(1), 22-31.
- Khaninah, A. N., & Widjanarko, M. (2016). Perilaku agresif yang dialami korban kekerasan dalam pacaran. *Jurnal Psikologi Undip*, 15(2), 151-160.
- Mardiah, A., Satriana, D. P., & Syahriati, E. (2017). Peran dukungan sosial dalam mencegah kekerasan dalam pacaran: Studi korelasi pada remaja di Jakarta. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 4(1), 29-42.