

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Hubungan romantis merupakan salah satu bagian kehidupan yang penting bagi remaja hingga dewasa yang dapat memunculkan perasaan yang kuat antara laki-laki dan perempuan, menjadi hal yang sangat penting bagi individu karena hubungan romantis dianggap sebagai sumber kebahagiaan, dapat mewarnai kehidupan, menjadikan kehidupan individu semakin indah, selain sumber kebahagiaan tidak menutup kemungkinan juga akan menjadi sumber kesedihan atau hal yang menyakitkan bagi individu. Hubungan menjadi semakin rumit ketika didalamnya terdapat cinta dan kepercayaan yang penuh terhadap pasangannya.

Menurut teori yang dikemukakan oleh Erikson, terdapat beberapa tahap (delapan tahap) perkembangan manusia dimana setiap tahapnya akan selalu dihadapkan pada berbagai permasalahan yang harus diselesaikan, permasalahan ini merupakan titik puncak individu. Seseorang yang telah berhasil menyelesaikan masalah atau berhasil melewati masa krisis yang dihadapinya, maka perkembangan individu tersebut akan semakin sehat (Santrock, 2007). Mengembangkan hubungan romantis dengan orang lain merupakan tugas perkembangan bagi remaja dan dewasa awal, menciptakan hubungan yang stabil, kuat, dekat, dan intim merupakan faktor yang kuat bagi individu untuk menjalani hubungan romantis. Faktor-faktor tersebut bisa diwujudkan dalam hubungan pacaran, masing-masing individu

mebutuhkan pemahaman diri, kemampuan mengekspresikan emosi, kemampuan berkomitmen, dan pengambilan keputusan.

Arnett (2004), menjelaskan bahwa dewasa awal merupakan individu dengan usia 18-25 tahun, dimana pada usia ini adalah masa transisi dari remaja menuju dewasa dan dengan tugas utama perkembangan adalah mengeksplorasi kehidupan (percintaan dan pekerjaan).

Kedekatan dan perasaan sangat kuat yang dirasakan oleh pasangan dalam hubungan romantisnya merupakan suatu bentuk keintiman yang terjalin diantara dua orang tersebut (Olson & Defrain, 2006). Didalamnya, keintiman dibentuk dan dibangun atas kepercayaan, saling mengerti, saling menerima, dan saling menghargai pasangan satu sama lain (Linder, 2007). Hubungan romantis terlebih berpacaran juga merupakan masa yang sangat penting untuk menentukan apakah akan berlanjut ke hubungan romantis selanjutnya atau jenjang pernikahan.

Hubungan antara laki-laki dan perempuan yang berdasarkan cinta ini dapat muncul dari berbagai macam hal, dapat terjadi karena dua individu saling tertarik satu sama lain, dapat juga terjadi hubungan romantis yang bermula dari pertemanan (Guerrero & Mongeau, 2008). Berpacaran adalah masa dimana individu mengenali pasangannya lebih dalam sebagai calon pendamping hidup. Hubungan romantis akan terasa hampa jika tidak ada cinta didalamnya. Tidak mudah untuk mempertahankan hubungan romantis dalam jangka waktu yang lama. Sebagian besar orang beranggapan bahwa di dalam hubungan romantis, jarang sekali terjadi kekerasan, karena memiliki hubungan romantis dianggap selalu membawa kebahagiaan dan mewarnai kehidupan individu. Pada kenyataannya yang terjadi

adalah hubungan romantis tidak berjalan dengan semestinya, karena selalu ada perbedaan pandangan antar individu. Perbedaan pemikiran ini tidak menutup kemungkinan dapat menimbulkan konflik dalam hubungan. Berbagai cara yang efektif dilakukan untuk menyelesaikan konflik yang terjadi agar dua individu mampu mempertahankan dan menjalani hubungannya dengan baik. Tidak semua individu memiliki kemampuan menyelesaikan masalah dengan baik, terkadang muncul konflik yang memperparah hubungan dan mengarah menggunakan kekerasan sebagai jalan pintas menyelesaikan konflik (Straus, dkk., 2004).

Kekerasan yang terjadi dalam hubungan romantis adalah salah satu bentuk pasangan untuk mengatur, mendominasi, mengontrol pasangannya secara fisik, seksual, dan psikologis yang menyebabkan pasangannya tersakiti atau dirugikan (Wolfe & Feiring, 2000). Kekerasan mayoritas dialami oleh perempuan, banyak perempuan yang menjadi korban kekerasan dalam hubungan romantis, data menunjukkan bahwa sebanyak 40% sampai 70% perempuan lebih banyak mengalami kekerasan dalam hubungan romantis dan memutuskan untuk bertahan atau kembali pada hubungan penuh kekerasan tersebut dalam kurun waktu tertentu (Ben-Porat & Itzhaky, 2008; Davanhana-Maselesele, dkk., 2009; Horwitz & Skiff, 2007 dalam Duley, 2012). Tidak menutup kemungkinan juga bahwa laki-laki dapat menjadi korban kekerasan dalam hubungan romantis. Kekerasan dalam relasi intim dapat terjadi karena salah satu pasangan merasa berkuasa atau memiliki kendali dan kekuatan kepada pasangannya (Miller, 2012). Kekerasan yang terjadi dalam hubungan romantis meningkat pada masa remaja akhir, tidak dibatasi oleh isu gender (Wolfe, Scott, & Crooks, 2005).

Penyebab utama mengapa seseorang melakukan kekerasan adalah karena mereka memiliki motivasinya masing-masing, dimana terdapat perbedaan motivasi antara laki-laki dan perempuan saat mereka melakukan kekerasan, marah merupakan salah satu faktor kuat yang menyebabkan terjadinya kekerasan. Perempuan melakukan kekerasan sebagai *self-defense*, laki-laki melakukan kekerasan bertujuan untuk mengontrol atau mengatur pasangannya (Hickman, Jaycox, & Aronoff, 2004). Cemburu dan sakit hati juga menjadi faktor yang menyebabkan pasangan melakukan kekerasan (Wolfe, Scott, & Crooks, 2005).

Catatan Tahunan Komisi Nasional Anti Kekerasan terhadap Perempuan tahun 2020 mencatat kasus kekerasan yang terjadi pada perempuan, kekerasan masih sering terjadi di berbagai kota dan provinsi di Indonesia. Berdasarkan data yang terkumpul kekerasan pada perempuan yang paling sering terjadi adalah KDRT atau ranah personal sebanyak 11,105 kasus atau 75%, kekerasan dalam pacaran pada tahun 2018 sejumlah 2,073 kasus (21%) dan pada tahun 2019 sejumlah 1,815 kasus (16%). (Komisi Nasional Anti Kekerasan terhadap Perempuan, 2020). Banyak dampak yang dapat terjadi dari kekerasan dalam relasi intim, diantaranya dampak secara psikologis yaitu korban menjadi takut dan mengalami kecemasan bahkan bisa menimbulkan trauma, dampak secara fisik, dampak pada pola pikir yaitu menjadi sulit untuk percaya diri bahkan tidak menghargai diri sendiri, dan dampak pada kehidupan sosialnya.

Kekerasan yang terjadi dalam hubungan romantis atau pacaran sangat banyak terjadi pada individu yang berada pada usia 16-24 tahun (Olson, Rickert, & Davidson, 2004). Pada masa ini, kekerasan sering terjadi dan memiliki prevalensi

yang tinggi, karena pada umumnya individu dalam rentang usia dewasa awal tidak terlalu menanggapi dan menganggap ringan permasalahan mengenai kekerasan yang mereka terima (Foshee & Langwick, 2010). Menganggap bahwa kekerasan verbal, emosional, dan fisik sangat wajar terjadi dan dialami oleh dewasa awal, bahkan dianggap sebagai bentuk rasa sayang dan kepedulian dari pasangan, seperti terlalu mengontrol, posesif, rasa cemburu yang berlebihan (Ball & Rosenbluth, 2008; Bogueanu, 2014).

Meadows (2004), menjelaskan bahwa terdapat tiga fase *cycle of violence* dalam hubungan romantis yaitu, *tension building phase*, *explosion* atau *abusive incident*, dan *honeymoon phase*. Fase yang pertama adalah *tension building phase* yaitu ketegangan yang meningkat sering terjadi ketika pasangan sering berdebat dan konflik meningkat, perdebatan ini akan berlanjut ke pertengkaran, pada fase ini hubungan dipenuhi dengan stres tingkat tinggi dan *lack of communication* atau kurangnya komunikasi dalam hubungan. Fase yang kedua adalah *explosion/abusive incident* yaitu kekerasan mulai sering terjadi, pada fase ini korban tidak mungkin dapat menghindari pasangannya yang melakukan kekerasan, korban merasa terjebak dan tidak bisa untuk keluar dari situasi tersebut. Fase ketiga adalah *honeymoon phase* masa dimana pelaku yang biasanya suka melakukan kekerasan mulai merasa menyesal, sedih, mulai merayu korban, dan meminta maaf. Pelaku melakukan berbagai cara seperti memberikan perhatian supaya kondisi hubungan sangat indah atau romantis agar korban merasa senang, bersikap baik, seperti pemberian hadiah, berjanji tidak akan terulang lagi, agar korban tidak meninggalkannya. Perilaku-perilaku yang diciptakan pelaku kekerasan membuat

korban bertahan dan sulit untuk melepaskan hubungannya. Meskipun kekerasan dalam hubungan membawa dampak yang tidak baik bagi korban kekerasan, namun masih banyak pasangan yang memilih untuk bertahan dalam hubungannya. Seseorang yang memilih bertahan dalam hubungan yang tidak sehat, memiliki tingkat komitmen dan rasa cinta kuat yang jauh lebih tinggi daripada seseorang yang memilih untuk meninggalkan hubungan tidak sehat tersebut.

Kekerasan yang dilakukan oleh pasangan secara fisik seperti memukul, melempar, menendang, dan segala perilaku yang menyebabkan luka fisik ringan maupun berat pada pasangan, berkata kasar, membentak, memberikan ancaman dengan senjata tajam (Jackson, 2007). Dapat memberikan dampak yang dapat disebabkan dari hal-hal tersebut pada kesehatan mental korban yaitu timbulnya berbagai gejala seperti depresi, kecemasan, dan psikosomatis (Coker dkk., 2002; Golding, 1999; Sutherland dkk., 2001; Whitson & El-Sheikh, 2003 dalam Kaura & Lohman, 2007).

Penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa banyak faktor yang mempengaruhi korban kekerasan bertahan dalam hubungan romantis yang penuh dengan kekerasan. Penjelasan mengapa individu memilih bertahan dalam hubungan yang tidak sehat karena dipengaruhi oleh faktor masa lalu korban pada masa kanak-kanak yang mendapatkan kekerasan, sehingga korban menjadi terbiasa dan menoleransi perilaku kekerasan yang diduplikasinya, harga diri yang rendah, *learned helplessness*, dan juga kepribadian masokis (Lewis & Fremouw, 2001). Menurut Rusbult dan Martz (1995), anggapan bahwa seseorang bertahan dalam hubungan yang tidak sehat juga dapat dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan

intrapersonal. Dalam penelitian, ditemukan bahwa pilihan korban untuk tetap bertahan dalam hubungan yang tidak sehat atau penuh kekerasan terkait dengan tingkat kepuasan mereka dalam hubungan, kualitas hubungan yang dimilikinya, dan seberapa besar korban sudah berinvestasi dalam hubungannya. Dianggap sebagai sesuatu keputusan atau tindakan yang merugikan jika individu dewasa awal memutuskan untuk berpisah dengan pasangannya, karena pada masa dewasa awal (usia 18-25 tahun), individu memiliki tugas perkembangan belajar hidup dengan pasangan dan dengan tujuan untuk sampai pada pernikahan. Sehingga, ketika individu memilih untuk berpisah, hal tersebut berdampak pada perasaan malu dan kecemasan karena tidak memiliki pasangan (Ramadita, 2012). Perempuan yang bertahan dalam hubungan yang tidak sehat atau penuh kekerasan memiliki tingkat komitmen dan rasa cinta yang sangat tinggi pada pasangannya dibandingkan dengan harus meninggalkan hubungan yang tidak sehat tersebut (Koval & Lloyd, 1986; Lo & Sporkowski, 1989 dalam Graham, dkk., 1994). Dengan bertahan dalam hubungan yang penuh kekerasan, individu merasa memiliki tempat untuk bergantung, merasakan kasih sayang, dan memiliki harapan bahwa kekerasan tersebut suatu saat akan berakhir (Herbert, dkk, 1991 dalam Duley, 2012). Kondisi inilah yang disebut atau dikenal sebagai Sindroma Stockholm.

Sindroma Stockholm bukan merupakan hal baru dalam psikologi di seluruh dunia, populer sejak tahun 1970, namun di Indonesia Sindroma Stockholm hanya dikenal oleh beberapa kalangan saja, seperti ilmuwan psikologi, dosen, dan mahasiswa psikologi sendiri. Bagi publik, Sindroma Stockholm adalah hal baru.

Sindroma Stockholm sendiri merupakan kondisi dimana muncul ikatan yang tidak bisa dilepaskan antara korban kepada pelaku kekerasan. Ikatan disini adalah sebuah bentuk rasa cinta korban kepada pasangannya yang melakukan kekerasan, melindungi pasangan yang melakukan kekerasan, menyalahkan dirinya sendiri sebagai penyebab pasangannya melakukan kekerasan, juga tidak mengakui kekerasan itu terjadi atau cenderung melindungi pasangannya (Graham, dkk, 1995). Sindroma Stockholm dapat ditemukan dalam hubungan yang intim antara keluarga atau hubungan romantis dengan lawan jenis (Carver, 2009).

Sindroma Stockholm melibatkan perilaku baik yang dimunculkan pasangan yang melakukan kekerasan pada pasangannya, dan pasangannya yang menjadi korban akan berpikir atau berharap bahwa pasangannya suatu saat akan merubah perlakuannya kepada dirinya dan kemudian memunculkan suatu ikatan kuat tidak sehat yang menjadi dasar pasangan yang menjadi korban bertahan dan sulit terlepas dari hubungan penuh kekerasan tersebut (Graham, dkk, 1994; Carver, 2009). Menurut Graham dkk. (1995), ikatan yang tidak bisa dilepaskan dalam Sindroma Stockholm merupakan salah satu strategi bentuk *coping* terhadap kekerasan dan mengakhiri kekerasan yang dialami oleh korban.

Banyak teori yang menjelaskan mengapa pasangan yang mengalami kekerasan bertahan dalam suatu hubungan yang tidak sehat, salah satunya teori dari Hazan dan Shaver pada tahun 1987 mengenai gaya kelekatan romantis dewasa. Teori kelekatan romantis dewasa ini dikembangkan dari teori kelekatan antara anak dan orang tua milik Bowlby. Kelekatan sendiri merupakan proses yang sangat alamiah antara individu dengan figur lekat (*caregiver* atau orang tua) untuk

mempertahankan kehidupan dan memenuhi fungsi kelekatan yaitu sebagai *secure base*, *safe heaven*, dan *proximity maintenance* (Hazan & Shaver, 1994).

Gaya kelekatan romantis dibentuk dari akumulasi pengalaman yang terjadi di masa kanak-kanak dengan figur lekatnya (orang tua, *caregiver*) sebagai bentuk dari harapan, emosi, kebutuhan, dan perilaku sosial (Fraley & Shaver, 2000).

Menurut Ainsworth (dalam Mikulincer dan Shaver, 2007), salah satu tipe kelekatan yaitu, tipe kelekatan *anxiety-ambivalent attachment* dalam penelitiannya ditemukan bahwa interaksi antara *anxious infant* dan orang tuanya (khususnya ibu) bersifat tidak harmonis dan *caregiver* tidak dapat merespon kebutuhan bayi dengan baik. Hal ini membuat bayi yang saat itu sedang membutuhkan seseorang namun tidak juga direspon, mengakibatkan bayi merasa takut kehilangan kelekatan dengan figur lekatnya (dalam hal ini orang tua atau *caregiver*). Dalam menjalin hubungan romantis, individu dengan tipe kelekatan *anxiety-ambivalent* memiliki rasa cemas dan takut pada pasangannya. Seseorang dengan tipe kelekatan *anxiety-ambivalent* menginginkan untuk selalu dekat dengan pasangannya, memiliki sedikit rasa percaya pada pasangannya, dan juga memiliki tingkat kecemburuan dan rasa memiliki yang sangat tinggi terhadap pasangannya. Individu yang memiliki kelekatan *anxiety-ambivalent* atau kelekatan cemas rentan merasa tidak puas dalam hubungannya, namun memilih mengatasinya dengan tetap bertahan dalam hubungan romantis yang sudah tidak sehat (Mikulincer & Shaver, 2007).

Sindroma Stockholm dapat terjadi pada siapa saja, bahkan dalam keluarga. Sindroma Stockholm bisa saja terjadi. Kekerasan dapat dilakukan oleh suami, istri, pacar, ayah, ibu atau siapa saja yang memiliki kekuasaan (otoriter) dan

mengendalikan situasi. Pada umumnya Sindroma Stockholm banyak dialami oleh perempuan yang sedang menjalani hubungan romantis, namun tidak menutup kemungkinan bahwa laki-laki juga dapat mengalami Sindroma Stockholm.

Hubungan romantis yang dijalani oleh remaja dan dewasa awal adalah sebuah proses kelekatan yang sesuai dengan teori kelekatan Bowlby mengenai kelekatan pada masa kanak-kanak dengan figur lekat (orang tua, *caregiver*) (Hazan & Shaver, 1987). Figur lekat pada masa remaja dan dewasa awal yang awalnya orang tua atau *caregiver* mulai digantikan oleh teman, sahabat, ataupun pasangan. Gaya kelekatan yang dimiliki individu dapat mempengaruhi kemampuannya untuk menjalin hubungan dengan orang lain, juga akan menentukan bagaimana cara individu dalam menjalani hubungan dan menyelesaikan konflik atau masalah yang dihadapinya (Mikulincer & Horesh, 1999).

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti ingin mengkaji mengenai peran gaya kelekatan romantis dewasa dengan kecenderungan mengalami Sindroma Stockholm pada individu baik laki-laki maupun perempuan dalam hubungan romantis. Di Indonesia, belum ada yang meneliti mengenai Sindroma Stockholm yang dialami oleh laki-laki. Penelitian sebelumnya yang telah dilakukan adalah pengaruh gaya kelekatan ambivalen pada perempuan yang mengalami kekerasan dalam pacaran (Nur'aini, 2012) dan peran *preoccupied attachment style* terhadap kecenderungan mengalami Sindroma Stockholm pada perempuan dewasa awal (Yuliani, 2017). Dari dua penelitian ini, belum ditemukan riset yang meneliti tentang pengaruh gaya kelekatan romantis dewasa terhadap kecenderungan

mengalami Sindroma Stockholm pada dewasa awal baik laki-laki maupun perempuan yang sedang menjalin hubungan romantis.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijabarkan di atas, maka masalah dalam penelitian ini adalah banyaknya kasus kekerasan yang terjadi di dalam hubungan romantis dan juga banyaknya korban kekerasan yang bertahan atau sulit keluar dari hubungan yang tidak sehat tersebut. Bila permasalahan ini tidak segera diselesaikan individu yang menjadi korban kekerasan akan kehilangan harga dirinya, akan terus direndahkan, tidak bisa bebas melakukan apapun yang dia suka, akan menyakiti diri sendiri dan beberapa juga ada yang memutuskan untuk mengakhiri hidupnya karena tidak dapat menceritakan permasalahannya kepada orang terdekat seperti teman, keluarga dan tidak mencari bantuan profesional.

Seperti yang dijelaskan pada latar belakang, kondisi dimana seseorang yang memutuskan untuk bertahan dalam hubungan romantis yang penuh dengan kekerasan atau disebut Sindroma Stockholm dapat dipengaruhi oleh gaya kelekatan yang dibentuk dari akumulasi pengalaman yang terjadi di masa kanak-kanak dengan figur lekatnya (orang tua, *caregiver*). Salah satu dimensi kelekatan dalam gaya kelekatan romantis dewasa yaitu *anxiety-ambivalent* dinilai menjadi faktor penting mengapa individu cenderung mengalami Sindroma Stockholm karena tipe kelekatan *anxiety-ambivalent* dalam hubungan romantis dicirikan dengan individu selalu menginginkan untuk dekat dengan pasangannya.

1.3. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, peneliti memberikan ruang lingkup penelitian yang akan dilakukan. Untuk mencapai hasil penelitian yang baik, maka perlu dilakukan pembatasan masalah. Batasan masalah ini dirumuskan agar penelitian tidak keluar dari konteks permasalahan. Pada penelitian ini, peneliti membatasi masalah dengan meneliti gaya kelekatan romantis dewasa dengan kecenderungan individu dewasa awal yang pernah/sedang berpacaran mengalami Sindroma Stockholm.

Sindroma Stockholm adalah kondisi dimana individu memilih bertahan pada hubungan yang tidak sehat atau penuh kekerasan. Gaya kelekatan romantis dewasa adalah kecenderungan individu untuk mencari dan mempertahankan hubungan dengan seseorang yang memberikan kasih sayang, rasa aman secara fisik dan psikologis. Pada tahap dewasa awal ini, individu mulai belajar memahami bagaimana cara mempertahankan hubungan dalam waktu jangka panjang.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, permasalahan penelitian yang diangkat adalah “Adakah pengaruh gaya kelekatan romantis dewasa terhadap kecenderungan mengalami Sindroma Stockholm pada laki-laki dan perempuan dewasa awal?”

Rumusan masalah difokuskan agar hasil dari penelitian benar-benar maksimal, dan dapat dijadikan referensi untuk semua pihak.

1.5. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa peran gaya kelekatan romantis dewasa terhadap kecenderungan mengalami Sindroma Stockholm pada dewasa awal. Selain itu, juga untuk mengetahui dimensi mana dari gaya kelekatan romantis dewasa yang paling berperan pada kecenderungan mengalami Sindroma Stockholm pada seseorang.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengertian dan informasi secara teoritis dalam kajian psikologi klinis, mengenai peran gaya kelekatan romantis dewasa terhadap kecenderungan mengalami Sindroma Stockholm. Memberikan masukan mengenai pentingnya tidak menyakiti diri sendiri dengan berani meninggalkan hubungan yang tidak sehat dan memunculkan ide-ide baru untuk penelitian yang lebih luas mengenai Sindroma Stockholm.

1.6.2. Manfaat Praktis

Peneliti berharap agar penelitian ini dapat memberikan informasi dan menjadi tindakan preventif bagi para praktisi kesehatan mental agar tidak terjadi lebih banyak kekerasan dalam hubungan romantis, menjalani hubungan yang lebih sehat, tidak ada kekerasan, dan membuka pandangan individu. Juga memberi edukasi kepada masyarakat mengenai Sindroma Stockholm.