

## ***SELF-ESTEEM* PADA REMAJA YANG MENGALAMI KEKERASAN SAAT BERPACARAN**

**Rahma Meilena<sup>1</sup>, Pamela Hendra Heng<sup>2</sup>,**

<sup>1</sup>Program Studi Psikologi, Universitas Tarumanagara

Email: [pamelah@fpsi.untar.ac.id](mailto:pamelah@fpsi.untar.ac.id)

### **ABSTRAK**

*Self-esteem* ini adalah sebuah penilaian diri terhadap diri sendiri untuk menghargai diri. Kekerasan pacaran adalah kekerasan yang dilakukan oleh pasangan kekasih baik secara fisik, seksual, psikologis atau emosional. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat gambaran *self-esteem* pada korban kekerasan pacaran remaja. Partisipan penelitian ini mendapat 127 partisipan usia 15-21 tahun, terdapat remaja laki-laki 31 partisipan dan perempuan 96 partisipan, berdomisili di Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi, pernah mengalami kekerasan pada saat pacaran. Penelitian ini menggunakan kuantitatif deskriptif, teknik yang digunakan dalam adalah *teknik purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Rosenberg self-esteem scale* oleh Rosenberg (1965), yang diadaptasi ke bahasa Indonesia oleh Dewi (2021). Peneliti mengambil data menggunakan *google form* sebagai kuesioner *online*. Hasil penelitian ini memiliki nilai mean hipotetik sebesar 2.5 dan nilai mean empirik sebesar 2.69, selisih nilai mean hipotetik dan mean empirik sebesar 0.19, maka dapat disimpulkan *self-esteem* pada korban kekerasan pacaran remaja dalam penelitian ini tergolong tinggi, artinya meskipun sudah mendapatkan pengalaman terkait kekerasan dalam pacaran, tetapi tidak berdampak pada *self-esteem*.

**Kata Kunci:** *Self-esteem*, Kekerasan Pacaran, Remaja.

### **ABSTRACT**

*Self-esteem is a self-assessment of yourself to respect yourself. Adolescent Dating violence is violence perpetrated by a lover either physically, sexually, psychologically or emotionally. The purpose of this study was to see self-esteem in adolescent victims of dating violence. Participants in this study found 127 participants aged 15-21 years, there were 31 male participants and 96 female participants, domiciled in Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, and Bekasi, who had experienced dating violence. This research uses descriptive quantitative, the technique used in this research is purposive sampling technique. The measuring instrument used in this research is the Rosenberg self-esteem scale by Rosenberg (1965), which was adapted to Indonesian by Dewi (2021). Researchers retrieved data using the Google form as an online questionnaire. The results of this study have a hypothetical mean value of 2.5 and an empirical mean value of 2.69, the difference between the hypothetical mean and the empirical mean is 0.19, so it can be concluded that self-esteem in adolescent victims of dating violence is high, meaning that even though they have experience violence in dating, but no impact on self-esteem.*

**Keywords:** *Self-Esteem, Dating Violence, Adolescents*

## **1. PENDAHULUAN**

### **Latar Belakang**

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa. Menurut Papalia (2004), remaja biasanya menghabiskan waktunya dengan temannya untuk mencari jati diri. Hal ini disebabkan karena keberartian dan pengakuan dari teman merupakan hal yang sangat penting

bagi remaja. Maka, untuk mendapatkannya, remaja bersedia untuk melakukan banyak hal (Santrock, 2003).

Menurut Suliivan (dalam Feist & Feist, 2006) usia remaja merupakan masa dimulainya pubertas yang mendorong munculnya keinginan untuk mendapatkan *sexual love* dengan seseorang. Hal ini biasanya ditandai dengan memuncaknya ketertarikan genital dan hubungan yang lebih didasari oleh rasa nafsu. Menurut Winarno (2007) Untuk memenuhi keinginan tersebut, maka pada masa ini remaja mulai mencari pasangan dan mulai berpacaran, yang bertujuan untuk mengetahui dan memahami seseorang yang dicintai serta mencegah penyesalan dalam pernikahan, memberikan pertolongan pada pasangan, dan saling bertukar pikiran. Pacaran terbagi atas dua jenis yaitu pacaran sehat dan pacaran tidak sehat, pacaran tidak sehat merupakan pacaran tidak memiliki tanggung jawab, tidak menghargai pasangan, dan adanya kekerasan dalam pacaran (Atomowilonto, dalam Mudjijanti, 2010).

Menurut Murray (2000), Kekerasan dalam pacaran merupakan tindakan menyakiti pasangan dan menekan secara fisik untuk mendapatkan kekuasaan dan dapat mengontrol pasangan. Di Indonesia fenomena kekerasan pacaran ini cukup banyak terjadi dan menjadi sebuah permasalahan karena berdasarkan sumber data dari Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak (2022) per tanggal 1 Januari 2022 hingga 1 Juni 2022 terdapat 9.027 kasus kekerasan yang sudah terverifikasi dengan rincian, sejumlah 8.336 korban kekerasan pada perempuan dan sejumlah 1.430 korban kekerasan pada laki-laki, berdasarkan usia dengan jumlah tertinggi yaitu pada usia 13-17 tahun dengan jumlah 3.209, dan pada tingkat pendidikan kasus kekerasan tertinggi adalah pada sekolah lanjut tingkat atas dengan jumlah 2.920 kasus, pada kasus kekerasan berdasarkan hubungan pacar/teman menduduki peringkat kedua dengan jumlah 1.525, setelah kasus kekerasan dalam hubungan suami/istri dengan jumlah 1.696. Menurut Meneghel dan Portella (2017), kekerasan pacaran di kalangan remaja merupakan salah satu akses kepada kekerasan dalam rumah tangga, apabila hal ini tidak ditangani secara benar.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap salah satu pengelola pusat pelayanan terpadu pemberdayaan perempuan dan anak kesulitan yang dihadapi saat menghadapi korban kekerasan seperti ketika keluarga korban yang tidak kooperatif atau masalah hukum yang tidak berjalan dengan baik dan juga ketika semua sudah mendukung korban namun korban melindungi pelaku (V, Lazzarini, komunikasi personal, 17 Februari 2022), sehingga kasus kekerasan pacaran ini menjadi penting untuk dibahas agar dapat membangun kesadaran bahwa kekerasan pacaran itu nyata terjadi bagi perempuan maupun laki-laki yang menjalin hubungan tersebut dan keduanya dapat menjadi pelaku maupun korban dan hal itu bukanlah suatu tindakan yang wajar.

Kekerasan pacaran juga berdampak secara emosional yaitu dapat mengakibatkan berkurangnya motivasi, kesulitan untuk membuat keputusan dan merasa tidak percaya diri (Engel, 2002). Kekerasan yang dilakukan terus berulang akan berdampak pada perkembangan *self-esteem* pada korban (Strauss, dalam Ramadhani, 2022). Menurut Kim et al. (2017) dampak dari kekerasan pacaran dapat menurunkan *self-esteem* yang bisa mengakibatkan depresi.

Menurut World Health Organization (2017), Depresi merupakan salah satu penyebab terbesar pada masalah kesehatan mental di seluruh dunia, hal ini didukung oleh teori dari Beck (1967) yaitu jika pusat harga diri rendah dan keyakinan negatif pada seseorang akan mengakibatkan pada depresi. Salah satu dampak kekerasan pacaran pada remaja adalah bisa menurunkan *self-esteem* atau penurunan harga diri pada korban kekerasan pacaran pada remaja. Menurut Setiawan (dalam Dinastuti, 2008), kekerasan pacaran dapat mengakibatkan dampak secara fisik dan psikis, secara fisik bisa mengakibatkan memar, patah tulang, dan cedera fisik lainnya, pada psikis bisa menurunkan *self-esteem*, merasa terhina dan sakit hati. Faktor kekerasan pacaran yang diakibatkan oleh stres dalam keluarga, akibat dari kehilangan pekerjaan atau masalah keuangan, kemampuan

mengatasi yang terbatas dampak yang akan terjadi bisa mengakibatkan *self-esteem* yang rendah (O'Keefe, 1998, dalam Pflieger et al. 2006). Menurut Murk (2006) *self-esteem* yang rendah ditandai dengan kompetensi atau kemampuan menghadapi kehidupan, serta membuat keputusan rasional dalam memecahkan sebuah permasalahan yang kurang mampu dihadapi seseorang yang memiliki *self-esteem* rendah dan perasaan tidak layak yang sangat tinggi seperti perasaan takut, kurangnya inisiatif, memiliki rasa cemas, depresi, dan perasaan gelisah. Menurut Kamila dan Halima (2020) *self-esteem* adalah sebuah penilaian diri terutama mengenai sikap penolakan atau penerimaan diri, serta keyakinan tentang makna, kemampuan, dan nilai.

Di dalam penelitian Ramadhani (2022) yang melibatkan 106 partisipan dewasa awal, yang ini dilakukan di tiga kota yaitu Malang, Surabaya, dan Sidoarjo, hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang negatif dan kuat antara kekerasan pacaran dengan *self-esteem* pada korban wanita dewasa awal.

Pada penelitian Qinthara (2021) melibatkan 270 responden dengan partisipan dewasa Muda di Kota Bandung, hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh *self-esteem* terhadap kekerasan emosional pada dewasa muda berusia 18-25 tahun yang sedang menjalin hubungan berpacaran di Kota Bandung. Perbedaan penelitian ini dari penelitian sebelumnya adalah partisipan penelitian ini adalah remaja dan penelitian ini berlokasi di Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang dan Bekasi. Penelitian ini memberikan pengetahuan gambaran *self-esteem* pada korban kekerasan pacaran remaja karena kekerasan pacaran di kalangan remaja merupakan salah satu permasalahan di Indonesia dan belum ditangani dengan baik, maka dari itu pentingnya untuk mengetahui informasi mengenai hal ini. Penelitian ini akan membahas mengenai gambaran *self-esteem* pada korban kekerasan pacaran remaja.

### **Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, rumusan masalah yang akan diangkat dalam penelitian ini adalah “bagaimana gambaran *self-esteem* pada korban kekerasan pacaran remaja?”.

## **2. METODE PENELITIAN**

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *non-probability sampling* dengan teknik pengambilan sampling adalah *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu dan sudah ditentukan. Peneliti menggunakan teknik ini karena partisipan yang dibutuhkan memiliki beberapa pertimbangan dan kriteria dalam pengambilan data.

Alat ukur yang dipilih peneliti untuk mengukur *self-esteem* adalah Rosenberg *Self-Esteem Scale* (RSES) oleh Rosenberg (1965) yang diadaptasi kebahasa Indonesia oleh Dewi (2021). Alat ukur ini terdiri dari 10 butir pertanyaan terdiri dari 5 butir positif dan 5 butir negatif, alat ukur ini berbentuk skala Likert, respon yang dapat diberikan memiliki rentang angka dari (1) hingga (4) Angka terdiri dari (1) Sts: sangat tidak setuju, (2) Ts: tidak setuju, (3) S: setuju, (4) St: sangat setuju, dengan reliabilitas sebesar ( $\alpha = 0,906$ ). Contoh butir positif “Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya” dan butir negatif “Kadang-kadang saya berpikir bahwa saya tidak baik sama sekali.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *self-esteem* pada korban kekerasan pacaran remaja, penelitian yang diambil di daerah Jabodetabek menggunakan variabel RSES yang diukur menggunakan skala *Likert* dengan rentang 1 sampai 4. Partisipan penelitian ini mendapat 127 partisipan usia 15-21 tahun, terdapat remaja laki-laki 31 partisipan dan perempuan 96 partisipan. Berdasarkan hasil data penelitian pada variabel *self-esteem*, dengan nilai minimum

sebesar 1.44 dan nilai maksimum sebesar 4.00 dan nilai mean hipotetik sebesar 2.5 dengan nilai mean empirik sebesar 2.69 ( $SD=0.54$ ) artinya skor rerata *self-esteem* pada korban kekerasan pacaran remaja tergolong tinggi.

Menurut Kaity's Korner, (dalam Kamila & Halimah 2020) seseorang yang dengan *self-esteem* tinggi juga akan bisa mengalami kekerasan dalam pacaran, tetapi secara umum seseorang yang memiliki *self-esteem* tinggi akan lebih mudah untuk meninggalkan hubungan yang ditandai dengan tingkat kontrol dan perilaku kasar yang tinggi. Hasil dari uji beda penelitian ini tidak memiliki perbedaan.

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah memiliki kekurangan dari teknik pengambilan data *snowball sampling* yaitu teknik *sampling* yang menggunakan metode berhubungan yang menerus, yang bermula dari satu partisipan atau partisipan dengan jumlah sedikit kemudian disebarkan untuk menjadi sampel yang banyak. Penelitian ini memiliki kekurangan bahwa kurangnya melakukan validasi terhadap partisipan melalui data demografi, mengukur remaja usia 15-21 tahun. Penelitian ini juga memiliki keterbatasan pengambilan data karena hanya mengambil daerah Jabodetabek saja. Jumlah partisipan dalam penelitian ini belum mencapai target tabel *krejcie*. Penelitian ini juga memiliki keterbatasan dari segi pengambilan data karena dilakukan secara *online*.

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan penelitian ini adalah berdasarkan hasil analisa data penelitian mengenai gambaran *self-esteem* pada korban kekerasan pacaran remaja di daerah Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi, dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* yang terdapat pada korban kekerasan pacaran remaja dalam penelitian ini tergolongkan tinggi.

#### Saran

##### Saran yang Berkaitan dengan Manfaat Teoretis

Saran untuk penelitian selanjutnya adalah agar mencari partisipan tidak hanya remaja saja, dan tempat pengambilan data yang lebih diperluas berguna untuk mengetahui gambaran *self-esteem* pada korban pacaran remaja yang lebih luas. Penelitian selanjutnya juga dapat menggunakan metode lain seperti metode kualitatif dan juga bisa menambah variabel untuk menambahkan banyak ilmu pengetahuan.

##### Saran yang Berkaitan dengan Manfaat Praktis

Penelitian ini menyarankan bagi remaja untuk lebih berhati-hati dalam menjalani hubungan berpacaran dan jika kekerasan pacaran terjadi pada hubungan segera mencari pertolongan ke orang-orang terdekat atau pihak yang berwajib.

Kepada orang tua korban kekerasan pacaran diharapkan untuk memberi dukungan serta memberikan dampingan kepada korban selama masa penyembuhan dari trauma yang dialami korban.

Kepada guru di sekolah diharapkan memberikan edukasi tentang kekerasan kepada siswa agar mereka terdugasi mengenai kekerasan terutama kekerasan pacaran.

Peneliti ingin mengucapkan terima kasih banyak kepada Dekan Fakultas Psikologi, yaitu ibu Sri Tiatri, S.Psi., Psikolog, Ph.D., beserta seluruh pimpinan dosen dan staff dari Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara. Peneliti juga ingin mengucapkan terima kasih kepada pembimbing penelitian yaitu ibu Pamela Hendra Heng S.Pd., M.P.H., M.A., Ph.D. yang sudah membimbing skripsi saya hingga selesai dengan baik dan tepat waktu. Peneliti juga ingin mengucapkan terima kasih banyak kepada orang tua saya beserta saudara kandung yang telah membantu memberikan

doa, motivasi dan dukungan secara material maupun emosional sehingga skripsi ini dapat terlaksana dengan baik. Tidak lupa peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada teman-teman peneliti yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu atas doa dan bantuan yang telah diberikan kepada peneliti.

## REFERENSI

- Engel, B (2002). *The Emotionally abusive relationship; How to stop being abuse and how to stop abusing*. New Jersey: Wiley & Sons, Inc.
- Feist, J., & Feist, G. J. (2006). *Theories of personalities* (6<sup>th</sup> ed). New York: McGraw-Hill.
- Kamila, F. M., & Halimah, L. (2020). *Hubungan Self Esteem dengan Kekerasan dalam Pacaran pada Korban Remaja Putri di SMA Pasundan 7 Bandung*. *Prosiding Psikologi*, 6(2), 309–313.
- Kim, B, N., Park, S., & Park, M, H. (2017). The relationship of sexual abuse with self-esteem, depression, and problematic internet use in Korean adolescents. *Psychiatry Investigation*, 14(3), 372. <https://doi.org/10.4306/pi.2017.14.3.372>
- Papalia. (2004). *Human development*. New York: Mc Graw Hill. Experience human development 12th ed.
- Pflieger, J. C., & Vazsonyi, A. T. (2006). Parenting processes and dating violence: The mediating role of self-esteem in low- and high-SES adolescents. *Journal of Adolescence*, <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2005.10.002>
- Qinthara, A. S. (2021). Pengaruh harga diri terhadap kekerasan emosional dalam berpacaran pada dewasa muda di kota Bandung. *Jurnal Psikologi Insight*. <https://ejournal.upi.edu/index.php/insight/article/download/44095/18316>
- Santrock, J., W. (2003). *Perkembangan Remaja* (6<sup>th</sup> ed) Jakarta: Erlangga.
- World Health Organization. (2017). *Depression and other common mental disorder: global health estimates Geneva, CH*: WHO Document Production Service.
- Winarno, R. D. (2007). *Indonesia adolescent sexuality and romantic relationship: Exploratory studies*. *Netherland*: Radboud University Nijmegen.