

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dewasa awal merupakan tahap perkembangan yang penting. Idealnya, dewasa awal mulai memilih seorang teman hidup, membentuk suatu keluarga, dan belajar hidup dengan pasangan (Hurlock, 2017). Dewasa awal merupakan tahap yang paling banyak rentan terkena kekerasan seksual dan kekerasan dalam pacaran dibandingkan tahap kehidupan lain (Sabina & Ho, 2014). Di salah satu kampus Perguruan Tinggi Negeri Berbadan Hukum (PTN-BH) sendiri, dalam rentang Mei 2020 sampai Desember 2022 terdapat 1 kasus kekerasan berbasis gender online (KBGO) dan 7 kasus kekerasan dalam pacaran yang dilaporkan kepada Satuan Pencegahan dan Penanganan Kekerasan Seksual di kampus. Apabila ditinjau dari jenis kelamin, korbannya kebanyakan perempuan (Wood et al., 2015; Komnas Perempuan, 2022; Ortega-barón et al., 2020; Rebollo-catalan, 2019; Baller & Lewis, 2022).

Pada tahun 2020 terdapat 463 kasus dan pada 2021 terdapat 1222 kasus kekerasan di ranah personal dalam pacaran di Indonesia menurut Catatan Tahunan Komisi Nasional Anti Kekerasan terhadap Perempuan (CATAHU KOMNAS Perempuan) (Komnas Perempuan, 2022). CATAHU juga mencatat kasus kekerasan sebanyak 813 pada tahun 2020 dan sebanyak 112 kasus kekerasan pada tahun 2021 yang dilakukan oleh mantan pacar (Komnas Perempuan, 2022). Bila dilihat dari kelompok usia, pelapor berusia 18 sampai 24 tahun terdapat 258 orang yang mengalami kekerasan dalam pacaran dan 546 yang melaporkan mengalami kekerasan oleh mantan pacar (Komnas Perempuan, 2022). Melihat data tersebut, diketahui bahwa kekerasan dalam pacaran di Indonesia sangat mengkhawatirkan, terutama pada usia 18 sampai 24 tahun yang berada pada tahap perkembangan dewasa awal (Hurlock, 2017).

Kekerasan dalam pacaran atau kekerasan dalam pacaran mencakup berbagai tingkat dan jenis penindasan yang dapat berkisar dari kekerasan fisik dan seksual hingga bentuk-bentuk penindasan psikologis dan emosional yang terjadi dalam hubungan pacaran/romantis satu sama lain (Zweig et al., 2013). Kekerasan dalam

pacaran didefinisikan sebagai kekerasan fisik, agresi psikologis, kekerasan seksual, menguntit, atau kombinasi dari beberapa hal tersebut, dalam suatu hubungan intim baik yang sedang berlangsung maupun yang telah berlangsung (Duval et al., 2018). Kekerasan-kekerasan ini dilakukan secara langsung dan siber (Komnas Perempuan, 2022). Kekerasan dalam pacaran secara *offline* berhubungan dengan kekerasan dalam pacaran siber (Jaureguizar, 2020).

Tingkat penetrasi dan kontribusi internet di Indonesia sendiri mencapai 77,02% atau 210.026.769 jiwa dari total populasi 272.682.600 jiwa penduduk (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, 2022). Perkembangan ICT (*information and communication technology*) lebih menjangkau pasangan untuk berkonflik dan memperburuk konflik tersebut (Smith et al., 2018) sehingga meningkatkan potensi korban memberikan respon kekerasan dalam pacaran siber (Stonard, 2020). Hubungan asmara yang melibatkan penggunaan teknologi dan/atau melalui media elektronik dengan perilaku agresi, pengawasan, dan perilaku mengontrol yang intens disebut kekerasan dalam pacaran siber atau *cyber dating violence* (CDV), dan *cyber dating abuse* (CDA) (Borrajo, Gámez-guadix, et al., 2015). Perbuatan kekerasan dalam pacaran siber meliputi banyak hal yang berkaitan dengan perilaku kekerasan, mengatur di sosial media, mengirimkan ancaman dan komentar yang mempermalukan, mengunggah foto dengan maksud mempermalukan atau menyakiti pasangan (Cava, Tomás, et al., 2020), *cyberstalking* (Cano-gonzalez et al., 2020), menerima dan meminta *sexual image* (Wood et al., 2015), menyebarkan informasi negatif tentang pasangan, serta mencuri atau menyalahgunakan password (Ozamiz-Etxebarria et al., 2020). Perilaku-perilaku ini berulang dan menyebabkan bahaya pada pasangan atau mantan pasangan secara *cyber* (Ozamiz-Etxebarria et al., 2020).

Bahaya tersebut diantaranya kekerasan dalam pacaran memiliki dampak signifikan pada dewasa awal seperti menurunnya kesehatan fisik dan mental (Marganski & Melander, 2018). Kekerasan dalam pacaran dan kekerasan dalam pacaran siber berhubungan dengan depresi (Toplu-demirtas, 2020), psikopati narsisme (Pineda et al., 2021), *depressive mood*, kesepian tingkat tinggi, melukai penyesuaian psikososial (Cava, Tomás, et al., 2020), *psychological distress* (Smith et al., 2018),

Khoirunnissa, 2024

**BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN TERAPI PERILAKU KOGNITIF UNTUK
MENINGKATKAN KESADARAN MENGHINDARI KEKERASAN DALAM PACARAN**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

meningkatkan kekerasan dalam pacaran secara *offline* (Bae, 2021), emosi dan konsekuensi psikologi negatif bagi yang mengalami (Rizzo et al., 2018), gangguan psikosomatis, rendahnya harga diri, kepuasan hidup yang rendah, dan menimbulkan ide untuk bunuh diri (Davis et al., 2004). Bagi dewasa awal kekerasan dalam pacaran bisa memiliki dampak pada kesejahteraan dewasa awal dan menjadi tantangan dalam kemampuannya untuk sukses dalam berbagai domain, termasuk dalam interaksi sosial (Marganski & Melander, 2018). Apabila seseorang gagal dalam mengembangkan hubungan intim pada fase dewasa awal, akan mendapatkan *isolation result* (Santrock, 2002). Ketidakmampuan mengembangkan hubungan yang bermakna dengan orang lain juga bisa menyakiti kepribadian seseorang (Santrock, 2002).

Seseorang yang memiliki rasa tidak percaya, mencurigai ketidaksetiaan, dan cemburu memungkinkan seseorang melakukan perbuatan-perbuatan kekerasan dalam pacaran (Toplu-Demirtaş et al., 2022). Adapun seseorang yang termarginalisasi secara sosial (Exner-Cortens et al., 2023), memiliki kepercayaan pada mitos romantis (Cava, Martínez-Ferrer, et al., 2020), dan memiliki *self esteem* yang rendah lebih beresiko menjadi korban (Smith et al., 2018). Kepercayaan akan sikap peran gender tradisional seperti ekspektasi laki-laki harus mengambil keputusan akhir, perempuan harus pasif, dan perempuan sebagai pengasuh juga meningkatkan kekerasan dalam pacaran (Reyes et al., 2017). Mitos romantis yang berhubungan dengan perilaku seksis remaja seperti kecemburuan, cinta yang memerlukan kesulitan dan pengorbanan, dan perlunya menjaga eksistensi pasangan (Davis et al., 2004). Kemudian, kurangnya kesadaran bahwa perilaku-perilaku kekerasan yang ada, dianggap sebagai ekspresi cinta merupakan hal yang sering terjadi (Cava, Martínez-Ferrer, et al., 2020).

Meningkatkan kesadaran tentang kekerasan dalam pacaran dan membantu mengenali kekerasan dan perilaku kasar adalah langkah penting dalam perkembangan serta meningkatkan kesadaran sumber daya yang tersedia jika mengalami kekerasan dalam pacaran (Marganski & Melander, 2018). Peneliti dan praktisi perlu fokus pada layanan yang bermanfaat serta menyesuaikan layanan tersebut supaya responsif untuk mahasiswa (Sabina & Ho, 2014). Meskipun terdapat beberapa intervensi yang ada

untuk mengatasi kekerasan dalam pacaran, namun masih memiliki kekurangan pengetahuan tentang efektivitas intervensi ini (De La Rue et al., 2017).

Kajian yang dilakukan oleh (Sánchez-jiménez, 2021) memunculkan signifikansi dari jenis *cyber dating aggression*, *Publik/dimensi private*, *gender*, dan *moral disengagement* (MD) sebagai variabel yang mempengaruhi pemahaman remaja dalam *Cyber dating aggression* atau *Cyber dating violence* (CDV), hasil dari penelitian ini menunjukkan perlunya merancang program pencegahan yang mampu untuk turut campur dalam berbagai manifestasi kekerasan dalam pacaran siber pada pasangan muda, dengan memasukan karakteristik dari konteks online dan bagaimana konteks ini mempengaruhi dampak dan pemahaman terhadap agresi-agresi tersebut (Sánchez-jiménez, 2021). Kajian yang dilakukan (Cano-gonzalez et al., 2020) Terkait pemahaman *intimate partner violence* (IPV) dan *cyber IPV* kajian ini menguji efek tidak langsung menyaksikan kekerasan orang tua selama masa kecil keturunan hispanik, hasil penelitian menunjukkan hispanik dengan paparan kekerasan dari ibu ke ayah membenarkan IPV yang terkait dengan perlakuan *cyber IPV* pada masa dewasa. Temuan ini memiliki implikasi bahwa *treatment program* sebaiknya mencakup dampak sikap IPV terhadap *cyber IPV*, terutama di kalangan dewasa awal (Cano-gonzalez et al., 2020).

Program *skill to manage aggression in relationship for teens* (SMART) merupakan intervensi berdasarkan prinsip *terapi perilaku kognitif* yang dirancang untuk meningkatkan keterampilan umum yang terkait dengan kekerasan dalam pacaran dan perilaku resiko seksual pada remaja perempuan (Rizzo et al., 2018). Setelah diberikan intervensi ini kelompok penerima *treatment* menunjukkan penurunan dalam keterlibatan kekerasan fisik, emosional, dan digital (Rizzo et al., 2018). Namun intervensi ini memiliki keterbatasan kurangnya kelompok pembanding yang tidak diberikan intervensi SMART (Rizzo et al., 2018). Program lainnya terdapat program DARSI atau *developing healthy and egalitarian adolescent relationships* yang menunjukkan hasil penurunan signifikan dalam kelompok eksperimen dalam seksisme, mitos cinta romantis, agresi secara langsung dan siber. Program ini berfokus pada mengembangkan keterampilan berkomunikasi, perilaku asertif, dan kemampuan

Khoirunnissa, 2024

**BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN TERAPI PERILAKU KOGNITIF UNTUK
MENINGKATKAN KESADARAN MENGHINDARI KEKERASAN DALAM PACARAN**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

resolusi konflik. Namun keterbatasan dari kajian program ini sampelnya yang terlalu kecil dan tidak general sehingga membatasi generalisasi hasil kajian (Carrascosa, Cava, Buelga, & Jesus, 2019).

Program Dat-e yang berupa intervensi yang terdiri dari tujuh sesi berdurasi satu jam. Kegiatan ini mengintegrasikan kegiatan di dalam kelas dan melalui web yang disampaikan melalui platform online. Keegiatannya melibatkan permainan peran, menonton video, debat, pengambilan keputusan, permainan, kuliah, dan dinamika kelompok. Hasil penerapan program tidak menunjukkan kualitas hubungan positif, namun terdapat perubahan signifikan dalam keyakinan tentang kekerasan khususnya terkait mitos romantis, peningkatan harga diri dan regulasi emosi. Akan tetapi masih terdapat keterbatasan penelitian yaitu sekolah dan kelas yang menerima perlakuan ditentukan, *intervention fidelity* hanya dinilai oleh peneliti yang melaksanakan penelitian (Muñoz-Fernández et al., 2019). Intervensi berdasarkan *incremental theory of personality* (ITP), intervensi ini menunjukkan hasil tidak adanya efek intervensi pada viktimisasi dengan teori ITP. Perilaku agresif terhadap pasangan (baik offline maupun daring) menurun. Keterbatasan dari kajian program ini adalah tidak adanya efek moderasi dari jenis kelamin partisipan terhadap efek intervensi yang ditemukan serta sampel yang kecil, dan menggunakan pengukuran *self reported* (Fernández-González et al., 2020).

Kajian literatur yang dilakukan (Ozamiz-Etxebarria et al., 2020) tentang program-program pencegahan kekerasan dalam pacaran, memiliki keterbatasan dengan sedikitnya karya yang diterbitkan dan keterbatasan program-program yang disebutkan dalam kajian (DARSI, Dat-e Adolescence, Incremental theory personality (ITP)) sehingga peneliti selanjutnya bertujuan merancang dan memvalidasi program yang lebih besar yang menjadi alat untuk mengatasi masalah kekerasan dalam pacaran dengan tepat waktu dan menghindari eskalasinya (Ozamiz-Etxebarria et al., 2020). Dengan demikian implementasi aktivitas yang ditujukan untuk mengurangi perilaku seksis dan mitos romantis pada kekerasan bisa berkontribusi pada pencegahan kekerasan dalam pacaran (Davis et al., 2004).

Berdasarkan kajian-kajian di atas diketahui bahwa diperlukan intervensi dengan fokus pemahaman akan hubungan kekerasan dalam pacaran dengan kekerasan dalam pacaran siber, *cyber dating aggression*, publik/dimensi *private*, gender, dan *moral disengagement* (MD), mitos romantis melalui pendekatan terapi perilaku kognitif diperlukan. Terapi perilaku kognitif merupakan pendekatan yang dirancang untuk memecahkan masalah konseli dengan cara restrukturisasi kognitif dan perilaku yang tidak sesuai (G. Corey, 2012). Terapi perilaku kognitif menargetkan perilaku bermasalah dan kognisi yang maladaptif (G. Corey, 2012). Pendekatan ini biasanya menarik dalam budaya Asia dan cocok dengan penggunaan banyak teknik dalam konteks kultural seperti konteks gender (Erford, 2020).

Layanan Bimbingan dan konseling secara kelompok dilaksanakan melalui konseling kelompok dan bimbingan kelompok (Prayitno, 2017). Bimbingan kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan pemecahan masalah individu yang menjadi partisipan (Prayitno, 2017). Partisipan dalam kelompok memiliki peluang yang besar untuk memiliki pengalaman dalam transferensi perasaan, mereka bisa mengidentifikasi dan berdamai dengan perasaan-perasaan untuk meningkatkan pemahaman diri (G. Corey, 2012). Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti hendak mengkaji “Bimbingan Kelompok Dengan Pendekatan Terapi Perilaku Kognitif Untuk Meningkatkan Kesadaran Menghindari Kekerasan Dalam Pacaran.”

1.2 Rumusan dan Pertanyaan Penelitian

Rata-rata kasus kekerasan dalam pacaran berada pada urutan ranah personal terbanyak, setiap tahunnya tidak kurang dari 1000 kasus. Apabila melihat dari pengelompokan usia, pada usia 18 sampai 24 tahun (Komnas Perempuan, 2022). Usia 18 sampai 40 tahun dikategorikan pada tahap perkembangan dewasa awal (Hurlock, 2017). Kekerasan dalam pacaran atau *dating violence* mencakup berbagai tingkat dan jenis penindasan yang dapat berkisar dari kekerasan fisik dan seksual hingga bentuk-bentuk penindasan psikologis dan emosional yang terjadi dalam hubungan pacaran/romantis satu sama lain (Zweig et al., 2013). Padahal dewasa awal tengah memiliki tugas perkembangan memilih seorang teman hidup membentuk suatu

Khoirunnissa, 2024

BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN TERAPI PERILAKU KOGNITIF UNTUK MENINGKATKAN KESADARAN MENGHINDARI KEKERASAN DALAM PACARAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

keluarga, dan belajar hidup bersama dengan suami atau istri (Hurlock, 2017). Adapun kurangnya kesadaran bahwa perilaku-perilaku kekerasan yang ada, dianggap sebagai ekspresi cinta merupakan hal yang sering terjadi menjadi faktor penyebab (Cava, Martínez-Ferrer, et al., 2020). Terapi perilaku kognitif berdasarkan pada kepercayaan konseli akan sesuatu yang salah dan restruktur hal tersebut (Hasibua et al., 2018). Terdapat asumsi dasar dari perspektif kelompok terapi perilaku kognitif yaitu perilaku paling bermasalah, kognitif, emosi yang sudah dipelajari bisa dimodifikasi dengan pembelajaran baru (G. Corey, 2012).

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, dapat dirumuskan pertanyaan dan hipotesis penelitian pada studi ini adalah:

1. Seperti apa profil kesadaran menghindari kekerasan dalam pacaran mahasiswa?
2. Seperti apa bentuk bimbingan kelompok dengan terapi perilaku kognitif yang dapat meningkatkan kesadaran menghindari kekerasan dalam pacaran?
3. Apakah bimbingan kelompok dengan pendekatan terapi perilaku kognitif efektif untuk meningkatkan kesadaran menghindari kekerasan dalam pacaran?

Adapun hipotesis pada studi ini:

Bimbingan kelompok dengan pendekatan terapi perilaku kognitif efektif untuk meningkatkan kesadaran menghindari kekerasan dalam pacaran

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji efektivitas bimbingan kelompok dengan pendekatan terapi perilaku kognitif dalam meningkatkan kesadaran menghindari kekerasan dalam pacaran.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat secara teoritis dan secara praktis, yaitu:

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan bagi perkembangan keilmuan bimbingan dan konseling khususnya pendekatan terapi perilaku kognitif yang diterapkan dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kesadaran menghindari kekerasan dalam pacaran.

Khoirunnissa, 2024

BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN TERAPI PERILAKU KOGNITIF UNTUK MENINGKATKAN KESADARAN MENGHINDARI KEKERASAN DALAM PACARAN

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

b. Manfaat Praktis

1) Praktisi Bimbingan dan Konseling di Universitas

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai rujukan bagi praktisi bimbingan dan konseling khususnya bimbingan dan dan konseling pengembangan karir (BKPK), konselor sebaya, satuan pencegahan dan pengentasan kekerasan seksual (SPPKS), dan dosen pembimbing akademik Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) dalam memberikan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan terapi perilaku kognitif sebagai upaya meningkatkan kesadaran menghindari kekerasan dalam pacaran.

2) Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan untuk mengembangkan penelitian yang lebih luas pada bahasan serupa.

1.5 Struktur Organisasi Tesis

Tesis ditulis dalam lima struktur utama, yang diuraikan di bawah ini:

BAB 1 berisi pendahuluan yang memuat; (1) Latar Belakang Penelitian, (2) Rumusan dan Pertanyaan Penelitian, (3) Tujuan Penelitian, (4) Manfaat Penelitian, (5) Struktur Organisasi Tesis.

BAB II berisi kajian teori yang meliputi; (1) Konsep tentang Kekerasan dalam Pacaran (pengertian, jenis-jenis, *tonic immobility*, *cycle of abusive*, terjadinya KDP, prediktor perilaku KDP, nilai-nilai yang berlaku di Indonesia tentang Pacaran, alat ukur yang digunakan), (2) Konsep Bimbingan Kelompok (pengertian, bimbingan dan konseling dengan pendekatan terapi perilaku kognitif, pendekatan terapi perilaku kognitif), (3) *Irrational thought* dalam Kekerasan dalam Pacaran, (4) Tahap Perkembangan Dewasa Awal dan Implementasi dalam Kelompok, (5) Penelitian terdahulu, (6) Kerangka Berpikir

BAB III berisi metodologi penelitian yang memuat; (1) Paradigma Penelitian, (2) Pendekatan Penelitian, (3) Desain Penelitian, (4) Partisipan Penelitian, (5) Pengembangan Instrumen Penelitian, (6) Pengembangan Rumusan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Terapi Perilaku Kognitif untuk

Meningkatkan Kesadaran Menghindari Kekerasan dalam Pacaran, (7) Prosedur Penelitian, (8) Teknik Analisis Data.

BAB IV merupakan hasil penelitian yang meliputi; (1) Hasil Penelitian (Profil Kesadaran Menghindari Kekerasan dalam Pacaran, Rumusan Program Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Terapi Perilaku Kognitif, Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Terapi Perilaku Kognitif untuk Meningkatkan kesadaran Menghindari Kekerasan dalam Pacaran, Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Terapi Perilaku Kognitif, Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Terapi Perilaku Kognitif untuk Meningkatkan kesadaran Menghindari Kekerasan dalam Pacaran, Gambaran Kesadaran Menghindari Kekerasan dalam Pacaran sebelum dan setelah layanan), (2) Pembahasan (Pembahasan profil, Implementasi, dan efektivitas), (3) Keterbatasan Penelitian.

BAB V berisi simpulan dan rekomendasi yang meliputi; (1) Simpulan, dan (2) Rekomendasi yang memaparkan mengenai simpulan, implikasi, dan rekomendasi dari hasil temuan penelitian. Simpulan berisi ringkasan dari hasil tinjauan literatur dan hasil temuan empiris. Implikasi adalah hasil kajian yang telah digunakan, baik secara praktis dan secara ilmiah. Rekomendasi hasil temuan penelitian kepada usaha berdasarkan hasil temuan dan pengembangan layanan yang dapat digunakan pada subjek yang lebih beragam.