

## **Pemaafan Pada Remaja Perempuan Yang Mengalami Kekerasan Dalam Pacaran**

**Gracia Yemima Natasya<sup>1</sup>, Luh Kadek Pande Ary Susilawati<sup>2</sup>**  
Program Studi Sarjana Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana  
graciyemimaa@gmail.com

### **Abstrak**

*Kekerasan dalam pacaran (KDP) merupakan fenomena yang masih terus menerus terjadi di masyarakat, dan seringkali kejadiannya tidak disadari baik oleh pelaku maupun korban. Remaja merupakan rentang usia yang paling rentan terhadap KDP karena minimnya pengalaman mereka dalam hubungan romantis atau berpacaran. KDP terjadi seperti siklus, yang artinya tidak akan berhenti dan terus menerus terjadi dengan pola dan tahap yang sama dan justru akan semakin parah setiap kali terjadi. Sehingga, korban yang merupakan pihak yang paling dirugikan harus berani mengambil keputusan untuk keluar dari hubungan tersebut, namun perjalanan mereka tidak akan berakhir sampai disana. Dampak negatif yang diakibatkan oleh KDP akan mulai bermunculan, baik dampak secara fisik maupun psikologis. Dampak psikologis pada umumnya adalah yang paling membutuhkan perhatian dan perawatan. Dampak psikologis yang disebabkan oleh KDP berupa kecemasan, ketakutan, kehilangan rasa percaya diri, trauma, stres, depresi, hingga paling fatal dapat berakhir pada kematian. Sehingga, korban KDP sangat perlu untuk kembali memulihkan keadaan psikologisnya untuk mencapai kehidupan yang sejahtera, dan sejahtera secara psikologis. Pemaafan atau forgiveness adalah salah satu alternatif cara yang dapat digunakan untuk membantu korban kekerasan dalam pacaran dapat memulihkan keadaannya, tujuan penulisan ini untuk melihat gambaran pemaafan pada remaja perempuan yang mengalami kekerasan dalam pacaran. Melalui forgiveness seseorang dapat semakin baik secara kognitif dalam menghadapi stress, selain itu forgiveness juga dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang, sehingga melalui forgiveness diharapkan korban kekerasan dalam pacaran akan mampu mengembalikan kesehatan mentalnya kepada keadaan yang baik, dan dapat menghindarkannya dari trauma dan stress yang dapat berujung pada depresi.*

**Kata Kunci:** Kekerasan dalam pacaran; Pemaafan; Remaja

### **Abstract**

*Dating violence is a phenomenon that continues to occur in the community, and often the event is not realized by both the perpetrators and victims. Adolescents are the most vulnerable age group for dating violence because of their lack of experience in dating. Dating violence occurs like a cycle, it will not stop and continue to occur with the same pattern and stage and it will only get worse every time it happens. Thus, victims who are the most disadvantaged parties must have the courage to make a decision to get out of the relationship, but their journey will not end there. Negative impacts caused by dating violence will begin to emerge, both physical and psychological impacts. Psychological effects in general are those that most require attention and care. Psychological effects caused by dating violence in the form of anxiety, fear, loss of self-confidence, trauma, stress, depression, and the most fatal can end in death. Therefore, the victims really need to recover their psychological condition to achieve psychological well-being. Forgiveness is an alternative way that can be used to help victims of violence dating can restore their condition, so it is important to see how is forgiveness in adolescent girls who experience violence dating. Through forgiveness a person can get better cognitively in dealing with stress, besides that forgiveness can also affect a person's psychological well-being, so that through*

*forgiveness it is expected that victims of dating violence will be able to return their mental health to a good state, and can avoid trauma and stress that can lead to on depression.*

**Keywords:** *Dating Violence; Forgiveness; Adolescent*

## **Pendahuluan**

Kekerasan dalam Pacaran (KDP) masih menjadi suatu masalah yang patut terus diperhatikan dan digencarkan pencegahan serta penyelesaiannya. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (Kemenpppa) dalam laman (<https://www.kemenpppa.go.id/>) menuliskan bahwa KDP merupakan kasus yang sering terjadi setelah kekerasan dalam rumah tangga, namun masih belum begitu mendapat sorotan jika dibandingkan kekerasan dalam rumah tangga sehingga terkadang masih terabaikan oleh korban dan pelakunya. Kekerasan dalam Pacaran atau dalam Bahasa Inggrisnya disebut *dating violence*, adalah keinginan atau intensi untuk menyerang baik secara fisik maupun psikologis yang dilakukan oleh individu terhadap pasangannya (Lily, 2012). Data statistik Komnas Perempuan menunjukkan bahwa angka KDP pada tahun 2020 yang dilaporkan dan tercatat adalah sebanyak 1.815 kasus. Angka ini pun belum dapat menggambarkan kasus riil yang terjadi di lapangan, karena ada banyak korban yang lebih memilih untuk tidak melaporkan karena merasa takut, atau juga tidak merasa bahwa perilaku yang diterimanya adalah sebuah tindakan kekerasan karena pandangan romantisnya mengenai cinta (Khaninah & Wijanarko, 2016).

Bentuk-bentuk kekerasan dalam ranah pribadi yang terjadi dan tercatat oleh Komnas Perempuan dalam Catahu tahun 2020 ada berbagai macam, yaitu kekerasan fisik, kekerasan seksual, kekerasan psikis, dan kekerasan ekonomi, dengan persentase bentuk kekerasan tertinggi adalah fisik sebanyak (43%), kemudian kekerasan seksual sebanyak (25%), kekerasan psikis sebanyak (19%), dan kekerasan ekonomi sebanyak (13%). Berdasarkan laporan yang diterima oleh Komnas Perempuan bentuk kekerasan yang dialami oleh korban tidak hanya berupa satu jenis kekerasan saja, namun berlapis. Pada umumnya kekerasan dalam pacaran ini dilakukan oleh laki-laki, karena kebutuhan lelaki untuk menguasai atau mendominasi wanita, serta ketidakmampuan untuk berempati bisa jadi membuat lelaki lebih suka mengandalkan kekerasan (Koss et al., dalam Taylor, Peplau, & Sears, 2009). Penelitian Khaninah dan Widjanarko (2016) yang dilakukan terhadap remaja perempuan mahasiswa aktif Universitas Muria Kudus menunjukkan berbagai bentuk agresi atau kekerasan yang dialami yaitu kekerasan verbal atau simbolis, berupa kata-kata kasar, menjelek-jelekkkan, mengancam, menuntut, dan membatasi pergaulan. Kekerasan dalam hal pelanggaran hak milik, berupa penggunaan barang informan dengan seenaknya sendiri oleh pasangan tanpa ijin. Kekerasan fisik berupa meminta paksa atau merampas barang subyek serta, memukul kepala.

Tindak kekerasan yang dilakukan oleh pasangan dalam hubungan pacaran dapat menimbulkan berbagai efek negatif pada korban yaitu kerugian dalam hal psikologis (keinginan untuk bunuh diri, psikosomatis), kerugian dalam kesehatan fisik, penyalahgunaan obat-obatan, serta tindak kriminal (Wofle & Temple, 2018). Penelitian oleh Safitri dan Samai' (2013) menunjukkan bahwa kekerasan dalam pacaran memiliki dampak psikologis seperti depresi dan stres, dampak fisik seperti lebam, lecet, patah tulang, dampak seksual seperti perasaan trauma, cemas, dan disorganisasi serta dampak sosial yang berupa kecenderungan terjadinya pengendalian dan kontrol oleh pasangan lelaki dalam hal penampilan, pergaulan dan pekerjaan korban. Ini menunjukkan bahwa

dampak yang ditimbulkan oleh KDP tidak sedikit, dalam banyak kasus KDP aspek psikologis dapat dikatakan sebagai bagian yang paling rentan dalam diri seseorang, karena luka yang ditimbulkan cenderung tidak terlihat dan jarang disadari bahkan oleh korban sekalipun, sehingga mereka tidak mampu untuk mengobatinya dan justru hidup dengan segala luka itu yang kemudian akan membawa dampak yang lebih fatal lagi.

Kekerasan dalam pacaran merupakan suatu fenomena yang terjadi seperti siklus, artinya tidak akan berhenti dan terus menerus terjadi dengan pola dan tahap yang sama dan justru akan semakin parah setiap kali terjadi, hingga salah satunya berani untuk mengambil keputusan untuk keluar dari hubungan yang terdapat kekerasan di dalamnya. Ketika seseorang memutuskan keluar dari hubungan yang penuh dengan kekerasan bukan berarti perjuangan berhenti sampai disitu. Pada umumnya, korban adalah seseorang yang akan memilih untuk keluar dan meninggalkan hubungan tersebut, sehingga pada korban akhirnya dapat keluar selanjutnya yang harus ia hadapi adalah trauma serta kesakitan yang telah dialami selama berada dalam hubungan tersebut. Tahapan pemulihan pada korban akan menjadi suatu proses yang sangat sulit dan memakan banyak waktu dan tenaga, seseorang harus berjuang untuk mengembalikan keadaannya terutama psikologisnya yang akan menjadi aspek yang paling terdampak dari perpisahan dan juga kekerasan yang telah dialami.

Salah satu cara yang dapat dilakukan dalam upaya pemulihan adalah *forgiveness* atau pemaafan, namun tentu saja setelah semua kesakitan dan penderitaan yang korban alami, *forgiveness* tidak akan menjadi suatu hal yang mudah untuk dilakukan. North (dalam Ransley & Spy, 2005) mengemukakan bahwa pemaafan adalah demonstrasi dari kemampuan kita sebagai manusia untuk menjadi rasional dan spiritual, yang mampu menawarkan cinta kepada seseorang yang tidak pantas mendapatkannya. Berdasarkan pemaparan mengenai banyaknya kasus KDP yang terjadi serta dampak yang diakibatkan oleh KDP, maka peneliti merasa tertarik untuk menelaah lebih lanjut dengan menggunakan studi literatur yang bertujuan untuk memahami dan melihat gambaran pemaafan pada remaja perempuan yang mengalami kekerasan dalam pacaran.

## **Pembahasan**

Papalia dan Feldman (2010) mendefinisikan masa remaja sebagai suatu transisi perkembangan dari masa kanak-kanak ke dewasa yang melibatkan perubahan utama secara fisik, kognitif, dan psikososial. Remaja didefinisikan sebagai individu yang berada dalam rentang usia 11 tahun sampai 19 atau 20 tahun. Konsep “*storm-and-stress*” yang dikembangkan oleh Stanley Hall (dalam Santrock, 2013) mengenai masa remaja, menggambarkan bahwa masa ini merupakan masa yang penuh dengan konflik dan keadaan suasana hati yang terus berubah-ubah. Perasaan dan perilaku yang ditunjukkan oleh remaja sangat dipengaruhi oleh suasana hati yang sedang ia rasakan, dalam satu waktu bisa saja ia merasa butuh privasi, namun tidak lama kemudian ia merasa butuh untuk ditemani. Erikson (dalam Feist, Feist, & Robesrts 2017) melalui teori perkembangan psikososialnya menjelaskan bahwa pada tiap tahapan perkembangan manusia, akan terdapat krisis psikososial yang berbeda dan akan menjadi tantangan yang akan dikembangkan dalam tahapan tersebut. Pada masa remaja, krisis psikososial yang akan terjadi adalah identitas vs kebingungan identitas, remaja akan berjuang untuk mencari tahu siapa dirinya dan apa hal lain yang bukan merupakan dirinya selain itu remaja juga akan mulai menemukan identitas seksualnya. Remaja akan melakukan

banyak cara dan usaha untuk menemukan identitas diri dan juga identitas seksualnya, salah satunya adalah dengan mulai membangun keintimanan atau hubungan dengan orang lain. Pada masa ini juga remaja mulai membangun hubungan-hubungan baru dengan orang lain, salah satunya adalah hubungan romantis atau berpacaran (Connolly & Johnson, 1993, dalam Santrock, 2013).

Hubungan romantis didefinisikan sebagai interaksi sukarela berkelanjutan yang keberadaannya diakui bersama, berbeda dengan hubungan antar teman sebaya lainnya hubungan romantis biasanya memiliki intensitas berbeda yang ditandai dengan berbagai ekspresi kasih sayang dari satu sama lain (Rubin, Bukowski, & Laursen, 2011). Menjalin hubungan pacaran di usia remaja maupun dewasa tentu dapat menjadi sarana pemenuhan kebutuhan individu akan hubungan romantis, namun hubungan pacaran juga memiliki sejumlah resiko. Resiko yang sering muncul pada hubungan pacaran adalah kekerasan dalam pacaran. *Centre for Disease Control & Prevention* (dalam Stonard, Bowen, Lawrence, & Price, 2014) membahas perilaku kekerasan dalam pacaran dengan merujuk pada perilaku kekerasan yang dilakukan dan terjadi di antara pasangan romantis yang belum menikah atau tidak hidup bersama. Ada beberapa faktor yang memengaruhi terjadinya kekerasan dalam pacaran, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rohmah dan Legowo (2014) yang menemukan bahwa rasa cemburu, kurangnya perhatian, ketidakpatuhan pasangan, dan kebutuhan ekonomi merupakan pemicu pasangan untuk melakukan kekerasan dalam hubungan pacaran di kalangan remaja putri.

Bentuk-bentuk kekerasan yang diterima oleh korban pun bermacam-macam, Murray (2009) membagi kekerasan dalam pacaran ke dalam tiga bentuk, yaitu:

#### 1) Kekerasan Verbal dan Emosional

*Emotional abuse* dapat didefinisikan sebagai segala perilaku *non-physical* yang dilakukan untuk mengontrol, mengintimidasi, menundukkan, merendahkan, menghukum, atau mengisolasi orang lain melalui ketakutan, penghinaan, dan penyerangan verbal atau fisik (Engel, 2003). Murray (2009) memandang kekerasan verbal dan emosional sebagai *stage* pertama dalam terjadinya kekerasan dalam pacaran. Data statistik menunjukkan bahwa sebelum kekerasan fisik terjadi dalam suatu hubungan, hampir selalu ada sejarah panjang kekerasan verbal dan emosional di dalamnya, dan kenyataan bahwa pelecehan verbal dan emosional adalah pintu gerbang ke kekerasan fisik dan/atau seksual.

Kekerasan emosional dapat berupa segala bentuk kekerasan yang bersifat emosional, termasuk di dalamnya kekerasan verbal, kritik yang terus menerus, intimidasi, manipulasi, tindakan mengontrol atau mengisolasi pasangan.

Murray (2009) memandang kekerasan verbal dan emosional sebagai jenis kekuatan dan kontrol yang paling menghancurkan, karena lelaki secara sistematis menurunkan harga diri perempuan dengan cara memanggil namanya dengan sebutan yang negatif, menyalahkan perempuan atas kesalahan yang dilakukan oleh lelaki, menuduh perempuan, mempermalukan perempuan di depan umum, serta menghancurkan barang-barang yang bernilai spesial bagi perempuan, dan mengatakan bahwa perempuan gila serta mengintimidasi dan mengancam.

#### 2) Kekerasan Seksual

Murray (2009) mendefinisikan kekerasan seksual sebagai berbagai bentuk perilaku yang bertujuan untuk mengontrol atau mendominasi dengan menggunakan serangan secara seksual. Kekerasan seksual secara spesifik mengacu pada perilaku seksual yang

tidak diinginkan, yang dilakukan oleh seseorang kepada orang lain. Murray (2009) membagikan beberapa bentuk perilaku yang termasuk ke dalam kekerasan seksual, yaitu:

1. **Pemeriksaan**

Pemeriksaan adalah tindakan kekerasan saat penis digunakan sebagai senjata (Murray, 2009). Pemeriksaan merupakan perilaku seks yang dilakukan tanpa seijin yang bersangkutan, dengan kata lain korban dipaksa atau korban tidak sadar.

2. **Sentuhan yang tidak diinginkan**

Bentuk kekerasan seksual ini berupa sentuhan yang dilakukan oleh seseorang lain kepada orang lain tanpa persetujuan, dengan kata lain korban tidak merasa nyaman dan tidak menghendaki sentuhan tersebut.

3. **Ciuman yang tidak diinginkan**

Bentuk kekerasan seksual ini berupa ciuman yang dilakukan oleh seseorang kepada orang lain tanpa persetujuan, dengan kata lain korban tidak menginginkan ciuman tersebut.

3) **Kekerasan Fisik**

Murray (2009) menyatakan kekerasan fisik biasanya merupakan fase terakhir dalam kekerasan dalam pacaran. Dalam hubungan yang terdapat kekerasan fisik di dalamnya, pada hampir semua kasus telah ada sejarah panjang pelecehan verbal dan emosional dan sering juga pelecehan seksual di baliknya. Kekerasan fisik merupakan tindakan yang dilakukan seseorang kepada orang lain dan mengakibatkan luka secara fisik.

Sementara Lissette dan Kraus (2000) menyebutkan beberapa bentuk lain dari kekerasan dalam pacaran yang dapat ditambahkan, yaitu:

1) **Kekerasan Sosial**

Kekerasan sosial merupakan bentuk kekerasan yang bertujuan untuk mendominasi, mengontrol, memanipulasi, mengancam, atau menghancurkan hubungan sosial yang dimiliki oleh orang lain. Baik itu hubungan pertemanan, hingga keluarga.

2) **Kekerasan Finansial (Ekonomi)**

Kekerasan finansial merupakan bentuk kekerasan yang dilakukan dengan menggunakan uang dan hal-hal lain yang berkaitan dengan uang untuk mendominasi, menyabotase, memanipulasi, mengancam, mengendalikan, menimbulkan kerusakan, atau memanfaatkan orang lain.

3) **Kekerasan Religius dan Spritual**

Kekerasan religius dan spiritual merupakan bentuk kekerasan yang dilakukan berupa mengendalikan, merusak, atau membatasi kepentingan atau praktik agama orang lain. Termasuk juga didalamnya menyatakan sesuatu yang salah mengenai agama seseorang dengan tujuan untuk melecehkan orang tersebut.

Segala kekerasan yang terjadi dalam hubungan pacaran mengakibatkan berbagai kerugian bagi korban, berdasarkan bentuk-bentuk kekerasan dalam pacaran, maka dampak yang diakibatkan dari kekerasan tersebut dapat dijabarkan sebagai berikut:

(1) **Dampak Psikologis**

Kekerasan dalam pacaran yang dialami oleh seseorang pada umumnya paling parah berdampak pada psikologis dan emosionalnya. Dampak psikologis lain yang umum dialami oleh korban kekerasan dalam pacaran adalah trauma, merasa tidak diinginkan, depresi, stress, kesepian, kecemasan yang berlebihan, tidak percaya diri, merasa diteoror dan tindak aman, malu, bingung, merasa bersalah, hingga melakukan peoncobaan bunuh diri (Herman dalam Hasmayni, 2015). Perempuan yang mengalami kekerasan akan mengalami dampak psikologis yang parah, seperti *shock*, kebingungan, kekacauan

psikologis, ketakutan, perubahan dramatis terhadap harga dirinya, kecemasan kronis yang pada akhirnya berubah menjadi gejala fisik (Taylor, Peplau, & Sears, 2009).

(2) Dampak Fisik

Dampak fisik yang disebabkan oleh kekerasan yang jelas terlihat pada umumnya berupa memar, lebam, luka, patah tulang, hingga kerusakan permanen (Dobash & Dobash, 1992). Perempuan yang mengalami kekerasan seksual mengalami perubahan biologis dalam proses perkembangannya, termasuk di dalamnya perubahan hormon yang tidak normal dan perubahan neuroendokrin, misalnya pubertas lebih dini (Taylor, Peplau, & Sears, 2009). Dampak fisik yang bermula dari efek psikologis dari kekerasan dalam pacaran seperti sulit tidur, kelelahan, gangguan makan, mimpi buruk, serta keluhan fisik lainnya, hingga kematian (Koss *et al.*, dalam Taylor, Peplau, & Sears, 2009).

(3) Dampak Sosial

Murray (2009) menyebutkan beberapa dampak sosial dari kekerasan dalam pacaran yaitu mengisolasi diri dari lingkungan dan keluarga, kesulitan untuk memperoleh, mempertahankan, dan menyesuaikan diri dengan pekerjaan.

Melihat begitu banyak dan buruknya dampak dari kekerasan dalam pacaran terhadap korban, dapat ditarik kesimpulan bahwa pemulihan diri korban kekerasan dalam pacaran menjadi hal yang sangat penting untuk dilakukan. Apabila korban dibiarkan terus melanjutkan hidupnya dengan berbagai memori dan pengalaman pahit yang dialami, akan berdampak fatal bagi kesehatan mental korban dan kesejahteraan psikologisnya. Menurut Kenney (2012) kekerasan dalam pacaran dapat mengakibatkan trauma emosional pada individu seperti depresi, kurangnya motivasi, merasa kehilangan harapan, *post-traumatic syndrome disorder* (PTSD), keinginan untuk bunuh diri, kecemasan, perasaan bersalah, merasa diri tidak berharga (Vaknin, 2006). Penelitian yang dilakukan Ayu, Hakimi, dan Hayati (2013) terhadap remaja putri di Kabupaten Purorejo menunjukkan bahwa kekerasan dalam pacaran yang dialami menyebabkan berbagai gangguan psikologis seperti kecemasan, stress emosional, beresiko gangguan depresi, kesulitan tidur, trauma, takut, dan benci terhadap laki-laki, dan susah tidur. *Forgiveness* menjadi salah satu cara yang dapat dilakukan untuk memulihkan korban kekerasan dalam pacaran. *Forgiveness* bukanlah suatu pencapaian yang instan, dalam upaya untuk mencapai *forgiveness* ada tahapan yang dilalui. Enright (2002), membagi proses *forgiveness* ke dalam empat tahap, yaitu:

- a) *Uncovering Phase*, merupakan tahap seseorang merasakan sakit hati dan dendam.
- b) *Decision Phase*, merupakan tahap seseorang mulai memikirkan kemungkinan untuk memaafkan. Proses ini diikuti dengan pemahaman mengenai ajaran agama, ajaran moral, serta umpan balik dari orang lain.
- c) *Work Phase*, merupakan tahap saat secara rasional seseorang menyadari pentingnya untuk memaafkan dan tidak menyimpan dendam.
- d) *Deepening Phase*, merupakan tahap dimana terdapat internalisasi kebermaknaan dari memaafkan.

Telah begitu banyak bermunculan penelitian-penelitian mengenai pentingnya *forgiveness* pada kesejahteraan hidup seseorang. Bukan hanya itu, secara khusus penelitian yang dilakukan Rohmah (2017) menunjukkan bahwa *forgiveness* berpengaruh terhadap *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis seseorang. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Ginting dan Sakti (2015) menunjukkan bahwa rasa empati

akan memudahkan korban untuk memaafkan secara total dan lepas dari amarah dan dendam yang dirasakan. Ikhlas, empati dan berpegang teguh pada agama adalah hal yang membuat pemaafan bisa menjadi total. Selain itu, penelitian yang dilakukan Rahmandani (2015) menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat pemaafan yang dimiliki seseorang, maka semakin baik pula aktivitas kognitifnya pada saat menghadapi stres. Penelitian mengenai *forgiveness* yang dilakukan kepada penyintas pasca konflik di Aceh menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *forgiveness* yang dimiliki seseorang maka semakin tinggi resiliensinya (Salsabila, Karmiyati, & Hijrianti, 2019). Berdasarkan hasil penelitian yang ada, dapat dilihat bahwa *forgiveness* mengambil peran penting dalam upaya pemulihan pada korban kekerasan dalam pacaran. Melalui *forgiveness* seseorang dapat semakin baik secara kognitif dalam menghadapi stress, selain itu *forgiveness* juga dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang, sehingga melalui *forgiveness* diharapkan korban kekerasan dalam pacaran akan mampu mengembalikan kesehatan mentalnya kepada keadaan yang baik, dan dapat menghindarkannya dari trauma dan stress yang dapat berujung pada depresi.

## **Kesimpulan**

Kekerasan dalam pacaran (KDP) merupakan fenomena yang masih terus menerus terjadi dan seolah tiada habisnya, kurangnya sorotan pada KDP membuat pelaku dan korban seringkali tidak menyadari bahwa dirinya berada dalam hubungan yang berisi kekerasan. Ini menyebabkan banyak kasus KDP yang tidak tercatat dan tidak dilaporkan kepada lembaga-lembaga yang mengurus kasus seperti KDP. Sehingga, dapat dibayangkan fenomena KDP seperti fenomena gunung es, kita dapat melihat di sekitar kita, di media sosial betapa banyaknya tindakan kekerasan yang terekam, namun tidak tercatat dan dilaporkan sehingga, data yang ada tidak dapat menunjukkan angka riil kejadiannya. KDP menjadi fenomena yang serius dan harus sesegera mungkin ditekan kejadiannya, karena dampak yang ditimbulkan dari KDP tidak sembarangan. Korban KDP dapat mengalami dampak baik secara fisik, maupun psikologis, dampak fisik yang dapat terjadi seperti lebam, memar, luka, dan patah tulang. Sedangkan dampak psikologis yang sering terjadi adalah kecemasan, ketakutan, trauma, merasa tidak berharga, stress, depresi, bahkan hingga berujung kepada kematian. KDP bekerja seperti siklus, sehingga akan susah untuk dihentikan kecuali korban berani untuk keluar dari dalamnya.

Saat korban mampu keluar dari jeratan KDP, bukan berarti permasalahan yang dihadapi berhenti sampai disana, justru ini merupakan suatu babak baru yang menyakitkan baginya karena ia harus berusaha memulihkan keadaannya baik secara fisik maupun mental. Pada kasus KDP dampak psikologis dapat dikatakan sebagai dampak yang paling beresiko dan harus ditangani secara serius. Pemulihan secara psikologis dilakukan untuk dapat mengembalikan keadaan korban seperti sebelumnya, atau kepada keadaan psikologis yang sejahtera. Pemulihan ini juga perlu dilakukan untuk dapat menghindarkan korban KDP dari dampak fatal yang dapat terjadi. Pemaafan atau *forgiveness* merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan untuk dapat memulihkan keadaan psikologis korban KDP. Berdasarkan berbagai penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa pemaafan atau *forgiveness* memiliki pengaruh yang positif terhadap kesejahteraan psikologis, resiliensi, serta kemampuan kognitif remaja perempuan dalam menghadapi stress yang terjadi pada masa remaja, salah satunya adalah stress terkait dengan permasalahan dalam hubungannya. Sehingga dengan demikian, dapat dilihat

bagaimana gambaran pemaafan yang terjadi pada remaja perempuan yang mengalami kekerasan dalam pacaran.

## **Referensi**

- Ayu, S. M., Hakimi, M., & Hayati, E. N. (2013). Kekerasan dalam pacaran dan kecemasan remaja putri di kabupaten purworejo. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health)*, 6(1).
- Dobash, R. E., & Dobash, R. P. (1992). *Women, violence and social change*. Routledge.
- Enright, R. D. (2002). *Forgiveness is a choice, a step-by-step process for resolving anger and restoring hope*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Engel, B. (2003). *The emotionally abusive relationship: How to stop being abused and how to stop abusing*. John Wiley & Sons.
- Feist, J., Feist, G. J., & Roberts, T. A. (2017). *Teori Kepribadian Edisi Kedelapan*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Ginting, T. I., & Sakti, H. (2015). Dinamika Pemaafan Pada Remaja Putri Yang Mengalami Kekerasan Dalam Pacaran. *Empati*, 4(1), 182-187.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia. (2018). *Waspada bahaya kekerasan dalam pacaran*. Diunduh dari <https://www.kemennppa.go.id/index.php/page/read/31/1669/waspada-bahaya-kekerasan-dalam-pacaran>.
- Kenney, K. L. (2012). *Domestic violence*. United States of America, USA: ABDO Publishing Company.
- Khaninah, A. N., & Widjanarko, M. (2016). Perilaku agresif yang dialami korban kekerasan dalam pacaran. *Jurnal Psikologi Undip*, 15(2), 151-160.
- Komisi Nasional Perempuan. (2020). *Catatan Tahunan (catahu) Kekerasan Terhadap Perempuan*. Jakarta: Komnas Perempuan. Diunduh dari <https://www.komnasperempuan.go.id/read-news-catatan-tahunan-kekerasan-terhadap-perempuan-2020>.
- Lily, H. M. (2012). *Dating violence*. New York, NY: The Rosen Publishing Group.
- Lisette, A., & Kraus, R. (2000). *Free yourself from abusive relationship: Seven step to taking back your life*. United States of America, USA: Hunter House Publisher.
- Murray, J. (2009). *But I love him: Protecting your teen daughter from controlling, abusive dating relationships*. Harper Collins.
- Papalia, D. E., Feldman, R. D., & Olds, S. W. (2009). *Human development*. McGraw-Hill.
- Rahmandani, A. (2015). Pemaafan dan aspek kognitif dari stres pada mahasiswa jurusan kebidanan tingkat dua. *Jurnal Psikologi*, 14(2), 118-128.  
<https://doi.org/10.14710/jpu.14.2.118-128>
- Ransley, C., & Spy, T. (2005). *Forgiveness and the Healing Process: A Central Therapeutic Concern*. New York: Taylor & Francis Group.



- Rohmah, N. (2017). *Pengaruh forgiveness terhadap psychological well-being pada mahasiswa baru UIN Maulana Malik Ibrahim Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Rohmah, S. & Legowo, M. (2014). Motif kekerasan dalam relasi pacaran di kalangan remaja muslim. *Paradigma*. 2(1): 1-9
- Rubin, K. H., Bukowski, W. M., & Laursen, B. (2011). *Handbook of peer interactions, relationships, and groups*. Guilford Press.
- Safitri, W.A. & Samai' (2013). Dampak kekerasan dalam berpacaran (*the impact of violence in dating*). Artikel Ilmiah Hasil Penelitian Mahasiswa. Universitas Jember, Jawa Timur.
- Salsabila, R., Karmiyati, D., & Hijrianti, U. R. (2019). Hubungan antara Forgiveness dengan Resiliensi pada Penyintas Pasca Konflik di Aceh. *Cognicia*, 7(1).  
<https://doi.org/10.22219/COGNICIA.Vol7.No1.%25p>
- Santrock, J.W. (2013). *Adolescence, Fifteenth Edition*. McGraw-Hill Education.
- Stonard, K. E., Bowen, E., Lawrence, T. R., & Price, S. A. (2014). The relevance of technology to the nature, prevalence and impact of adolescent dating violence and abuse: A research synthesis. *Aggression and Violent Behavior*, 19(4), 390-417.
- Taylor, Shelley E., Letitia Anne Peplau & David O. Sears. (2009). *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Vaknin, S. (2006). *Toxic relationships: Abuse and its aftermath workbook* (1st ed). Republic of Macedonia: A Narcissus Publications Imprint Prague & Skopje.
- Wolfe, D., & Temple, J. R. (Eds.). (2018). *Adolescent dating violence: Theory, research, and prevention*. Academic Press.